

---

---

# 일본에서의 식생활 교육

---

---

김 경 주

대한영양사협회



# 일본에서의 식생활 교육

김 경 주

대한영양사협회

일본에서는 지난 2005년 6월, 2년을 넘게 논의하여 온 식육 기본법을 만들었고 같은 해 9월, 일본 내각부의 특명 담당 대신이 식육 담당 대신에 임명되어 식육추진기본계획을 수립하였다. 또한 지방 자치체 차원에서도 식육추진계획, 조례, 식육추진본부 등이 만들어졌다.

식육(食育) 추진 과정에는 국가와 지방 자치체 등 행정만이 아니라, 학교에서의 급식을 통한 영양교육 및 식생활 교육을 위하여 학교는 물론 식육을 통해 국민이 농업을 이해하고 지방 농산물 소비 확대를 촉진하기 위해 활약하는 농업 단체, 그리고 기업의 이미지와 판매 전략을 위하여 대기업까지도 적극 참여하고 있다.

일본이 이와 같은 식육기본법을 제정·추진하게 된 것은 단순히 국민에게 식생활에 대한 교육으로 질병 예방과 건강 유지를 하게 하기 위한 것만은 아니다. “식(食)”에 대한 안전성의 문제도 있지만, 식량의 “해외 의존 문제” 등에 대한 해결 측면에서 국민 스스로가 먹을거리에 대한 지식과 관심을 갖고 선택하게 함으로써 일본 전통 식문화의 계승·발전, 도시민의 농촌체험을 통한 도농(都農)간의 교류 등으로 일본 농어촌 및 농어업의 발전과 활성화를 도모하기 위한 목적을 갖고 있다.

그렇게 하기 위해서는 결국 국민이 “식”에 관하여 배워야 한다는 결론에 도달한 일본 정책 추진의 산물로 만들어진 것이 “식육기본법”이라고 할 수 있다. 다시 말하면 식과 관련된 모든 문제점 해결의 key word로 식육을 추진하고자 한 것이다.

## 1. 일본에 식육이 법률(기본법)로 만들어진 배경

일본에서 식생활 교육에 대한 “식육”이 법률로 만들어진 사회적 배경은 다음의 몇 가지로 요약할 수 있다.

- 「식」을 중요시하는 마음의 결여
- 영양적 균형이 편중된 식사와 불규칙적인 식사의 증가
- 비만과 생활 습관병(당뇨병 등)의 증가
- 과도한 저 체중 지향의 식생활
- 「식」에 있어서 안전상의 문제 발생
- 「식」의 해외 의존 심화
- 전통 식문화의 소실

## 2. 일본에서의 식육과 식육 기본법의 개요

일본에서의 ‘식육’이라는 개념 자체는 명치시대에 존재하였으며, 그것은 ‘살아가는데 있어 기본이고 지육, 덕육 및 체육의 기초가 되는 것’으로 문헌에 기록되어 있다고 한다. 2005년 6월 성립된 식육기본법은 전문과 4개의 장(총칙, 식육추진기본계획 등, 기본적 시책, 식육추진회의의 설치 등)으로 이루어지고 ‘목적’, ‘기본 이념’, 국가 등의 ‘책무’ 등의 내용이 담겨져 있는 전 33조의 법률이다.

전문에 식육의 목적은 ‘살아가는데 기본’으로 ‘식에 관한 지식’, ‘식을 선택하는 힘’을 습득하여 ‘건강한 식생활’을 실천하는 것이 가능한 인간을 육성하는 것으로 되어있다.

또한 법률의 목적은 제 1조에 있어 ‘식육에 관한 기본이념을 정하고 국가 및 지방공공단체 등의 책무를 확실하게 하며 식육에 관한 시책의 기본으로서 사항을 정하는 것에 의해 식육에 관한 시책을 종합적이고 보다 계획적으로 추진’하는 것으로 되어 있다. 이것에 따라 현재 및 장래에 걸쳐 건강하고 문화적인 국민 생활과 풍요롭고 활력 있는 사회의 실현에 기여하는 것이다.

또한 관계자, 국가의 책무에 대하여는 ㉠ 식육 추진에 대하여 국가, 지방공공단체, 교육관계자, 농림어업 관계자, 식품관련사업자, 국민 등의 책무를 정한다. ㉡ 정부는 매년, 식육의 추진에 관하여 논한 시책에 관하여 국회에 보고서를 제출한다. 라고 되어 있다.

## 3. 일본인의 식생활 및 영양상의 문제점과 식육에 대한 필요성

### 1) 영양상의 문제

#### (1) 영양의 편중

1980년경 일본 기후 풍토에 적합한 쌀을 중심으로 수산물, 축산물, 야채 등 다양한 부식으로 구성되어 영양균형이 좋은 ‘일본형 식생활’이 실현되었지만 최근 지질의 과잉섭취와 야채 섭취 부족 등의 영양 편중이 나타나고 있다.

#### (2) 불규칙한 식사

조식의 결식, 아침, 점심, 저녁의 규칙적인 식사를 하지 않음, 아이들을 포함하여 최근 눈에 띄게 나타나고 있다. 조식 결식의 조식 이외의 식사 1회 섭취량이 많아지고 과식으로 연결되는 가능성도 있어 비만과 생활 습관병의 발생을 조장하며 오전 중의 열량 공급이 불충분하고 몸의 리듬을 나쁘게 하는 문제점이 많다고 지적되고 있다.

#### (3) 비만

최근 어린이를 포함하여 모든 연령층에서 비만이 증가하고 있다. 남성 30~60세의 약 30%에 비만이 나타나고, 여성은 60세 이상에서 약 30%에 비만이 보여진다.

#### (4) 과도의 저체중 지향

과도의 저체중 지향, 여성의 경우는 20대 약 5명중 1명은 저체중으로 말라 있으며, 젊은 세대를 중심으로 말라 있는 사람의 비율이 증가 경향이 있다.

#### (5) 생활 습관병의 증가

생활 습관병도 증가하고 있다. 당뇨병에 대하여는 ‘강하게 의심됨’과 ‘가능성을 부정할 수 없음’을 합하

여 전 인구의 10%를 넘기는 1,620만 명에 달하며 증가 경향이 있다.

내장 지방 증후군이 ‘강하게 의심됨’과 ‘예비군으로 생각됨’을 합한 비율은 남자 30대 약 20%에서 40대가 40% 이상, 여성은 30대에서 약 3%, 40대에서 10% 이상으로 크게 변화, 남녀 모두 40대 이상에서 특히 높다.

40~74세의 남성 약 1/2, 여성의 약 1/5인이 ‘메타볼릭신드롬’이 강하게 의심되거나 예비군으로 생각된다.

## 2) 식생활상의 문제

생활 리듬으로 규칙적인 식사, 영양적으로 균형 잡힌 식사, 안전면이 배려된 식사, 음식물쓰레기와 식품의 폐기 등 상황을 개선하고 배려하는 식사 또는 가족이 식탁에 모여 즐거운 식사가 감소하고 있다.

국민의 모든 세대에 있어 동등하게 건강하며 풍요로운 인간성 육성에 건전한 식생활이 중요하다. 특히 급속한 증가를 계속하는 고령자가 활발하게 생활하고 건강하게 보낼 수 있는 시간을 길게 하는 것이 중요하며 건전한 식생활 등에 신경 쓰는 것이 중요하며, 아이들에게는 이것이 인간성을 육성하는 기초가 되어 장차 일본 발전에 활력소가 될 것이나 바람직한 모습인 “ 건전한 식생활”이 사라지고 있다. 단독 세대의 증가, 여성의 사회 진출 증가 등 사회 정세 변화로 조리과 식사를 집 밖에서 해결하려는 식(食)의 외부화가 추진되고 간편화 지향이 높아져 최근 외식 또는 조리 완성 식품과 그 재료, 도시락 등을 이용하는 경향이 증가하고 있으며, 식을 통한 커뮤니케이션은 식의 즐거움을 실감시키고, 사람들의 정신적으로 풍요로움을 가져올 수 있다는 것에서 즐거운 식탁의 기회를 갖도록 하는 마음 씀씀이가 중요하지만, 현재 생활 시간의 다양화, 단독세대의 증가 등과 더불어 가족 등과 즐거운 식탁을 같이 할 기회가 적어지고 있는 추세이다.

또한 식에 관한 정보가 사회에 범람하고 요리를 하는 기회가 점점 감소되어 감에 따라 신뢰성에 의문을 갖게 되며, 식에 대한 올바른 정보를 적절하게 선별하고 활용하는 것이 곤란한 상황도 보여지는 등 식(食)에 관한 지식과 이해, 판단력이 저하되는 등 식에 대한 변화가 나타나고 있다.

그 밖에 식에 대한 감사하는 마음이 사라지고 있다. 현재 세계에서 8억 명을 넘는 사람들이 기아와 영양 부족으로 고통받고 있지만 일본은 경제 발전과 더불어 일상생활에서 식량이 풍부하게 존재하고 있는 것이 당연하다고 받아들이고 물건을 아끼고 소중히 여기는 마음이 희박하여져 식에 관한 감사의 마음과 이해 부족으로 식품산업과 가정에서 남기거나 식품 폐기를 하는 등 음식물 쓰레기가 대량 발생되고 있다.

## 3) 식량 경제 및 식의 해외 의존도 문제

일본의 식량 자급률은 세계 선진국 중에서 최저 수준이며 식량을 많은 부분 해외에 의존하고 있음에도 불구하고 장기적으로는 식량 자급률 저하 경향이 지속되리라 예상하고 있다. 이에 세계 인구 변동, 개발도상국의 경제 발전에 따른 식량 수요 증대, 기후 변동 등 지구 환경 문제 등 세계 식량 수급에 관한 불안정화 요인을 고려할 때 식량 자급율의 향상을 도모해갈 필요가 있다고 판단, 식량 자급률 향상을 위하여 식육을 추진하는 것이 중요하다고 생각하고 있다.

일본인의 하루 섭취 열량 기준으로 본 식량 자급률은 최근 40%로 추리하고 있고, 장기적으로는 식량 자급률 저하 경향이 계속되리라 예상하고 있다.

식량 자급률이 저하된 원인으로는 식의 구미화 등 식생활의 커다란 변화에 따라 국내에서 자급 가능한 쌀의 소비가 떨어지고 그 반면 원료와 사료가 되는 곡물의 대부분을 수입에 의지하고 있는 유지와 축산물의 소비가 늘어났기 때문으로 판단된다. 따라서 식량 자급률 향상을 위하여 식육을 추진하는 것이 중요하다.

## 4) 식의 안전상의 문제

BSE(광우병) 문제 등, 일본 국내외 “식”의 안전상의 문제 발생으로 건강에 영향을 미치는 등 중대한 피해가 예상되는 바 식품의 안전성의 확보와 국민의 이해 증진이 요구되어지고 있다.

#### 5) 식문화 전승과 사회 경제적인 구조 변화

국민의 life style과 가치관, 식에 대한 요구의 고도화, 다양화로 식생활과 이것을 둘러싼 환경이 변화하면서 식에 대한 감사하는 마음과 이해가 저하되고 국민생활수준이 향상하면서 다양한 식생활을 즐길 수 있게 된 한편 일본의 각 지역에서 생산된 다채로운 식문화가 없어지고 있다.

따라서 각 지역의 기후 풍토 등과 관련된 쌀을 중심으로 한 다채로운 부식으로 이루어져 있는 ‘일본형 식생활’과 전통있는 우수한 식문화 계승이 희박해지고 있어 이와 같은 모든 문제의 해결 방법을 식육에서 찾으려고 한다.

### 4. 식육의 추진에 관한 시책에 대한 기본적인 방침

- 1) 건전한 식생활에 필요한 지식 등이 연령, 건강 상태 등에 따라 달라진다는 것을 고려, 심신 건강의 증진과 풍요로운 인간 형성을 목표로 하는 시책
- 2) 여러 체험 활동 등을 통하여 자연에 대한 감사하는 마음과 이해를 높이기 위한 시책
- 3) 사회 여러 분야에서 남녀 공동 참여 차원에서 식육을 추진하는 관점으로 국민과 민간 단체 등의 자발적 의사를 존중하고 다양한 주체의 참가와 연계에 입각한 국민 운동이 되도록 시책
- 4) 어린이, 부모, 보호자 및 교육·보육 관계자의 의식 향상을 도모하고 어린이가 즐겁게 식을 배울 수 있고 또한 적극적으로 추진되는 시책
- 5) 가정, 학교, 지역 등 여러 분야에서 다양한 주체로 식에 대하여 배우는 기회가 제공되어 국민이 의욕적으로 식육 활동을 실천할 수 있는 시책
- 6) 전통있는 식문화 계승 및 환경과 조화된 식량 생산 등이 되도록 배려하고 식량 수급에 대한 국민의 이해 촉진과 도시와 농산어촌의 공생·대류 등에 의한 농·산어촌의 활성화와 식량 자급율의 향상을 도모하는 시책
- 7) 식품의 안전성 등 식에 관한 폭넓은 정보를 다양한 수단으로 제공하는 것과 함께 행정, 관계 단체, 소비자 등의 사이에 의견교환이 적극적으로 실시되도록 하는 시책

### 5. 식육 추진의 목표에 관한 사항

일본은 식육추진기본계획에 있어 몇 가지 항목에 그 달성 목표치를 정하여 추진하도록 하였다.

- 식육에 관심을 갖고 있는 국민의 비율 증가(70% → 90%)
- 아침 결식하는 국민비율 감소(아동 4% → 0%, 20대 남성 30% → 15%, 기타)
- 학교급식에 있어 지역 산물을 사용하는 비율(21% → 30%)
- 「식사 밸런스 가이드」 등을 참고로 한 식생활 유지 국민 비율(60%)
- 내장 지방 증후군(metabolic syndrome)을 인지하고 있는 국민의 비율(80%)
- 식육의 추진에 관한 버란티어 수(20% 증가)
- 식품의 안정성에 관한 기초적인 지식을 갖고 있는 국민의 비율(60%)
- 추진 계획을 작성, 실시하고 있는 자치체의 비율(도도부현 100%, 시정촌 50%)

### 6. 식육의 종합적인 촉진

식육의 종합적인 촉진에 대하여 7항목에 걸쳐 국가가 시행하여야 할 기본시책을 정리하며 지방공공단체

등도 그 추진에 노력하도록 되어 있다.

- 1) 가정에 있어서는 아이들의 식생활을 중요시하고 건전한 식습관을 확립하기 위해 ‘생활 리듬의 향상’, ‘아이들의 비만 예방 추진’, ‘바람직한 식습관과 지식의 습득’, ‘임산부와 영유아에 대한 영양 지도’, ‘영양교사를 중심으로 한 대처’ 및 ‘청소년 및 보호자 대상의 식육 추진’의 각 시책들이 있다.
- 2) 학교, 보육원 등에서는 아이들의 건전한 식생활 실현과 풍요로운 인간 형성을 도모하기 위하여 ‘철저한 지도 체제’, ‘어린이 대한 지도내용 철저’, ‘학교급식’, ‘식육을 통한 건강상 태 개선 등의 추진’의 각 시책들이 있다.
- 3) 지역에서는 생활 습관병을 예방하고 국민의 건강을 증진하기 위해 ‘영양적 균형이 우수한 일본형 식생활의 실천’, ‘식생활 지침’과 ‘식사 밸런스 가이드의 활용 촉진’, ‘전문적 지식을 갖고 있는 인재 양성 및 활용’, ‘건강 만들기와 의학 교육 등에서의 식육 추진’ 및 ‘식품 관련 사업자 등에 있어 식육 추진’의 각 시책들로 대처하고 있다.
- 4) 식육 추진의 국민 운동으로서의 전개 방책에 대하여는 ‘식육 월간 설정 실시’, ‘계속적인 식 추진 운동’, ‘각종 단체 등과의 연계·협력 체제의 확립’, ‘국민 운동에 이바지하는 조사 연구와 정보 제공’, ‘식육에 관한 국민의 이해 증진’ 및 ‘버란티어 활동에 대한 지원’의 시책이다
- 5) 생산자와 소비자와의 교육 촉진, 농림어업의 활용화 등의 방책으로는 ‘도시와 농산어촌의 공생 및 교류 촉진’, ‘아이들을 중심으로 한 농림 어업 체험 활동의 촉진과 소비자에 대한 정보 제공’, ‘농산어업자 등에 의한 식육 추진’, ‘지산지소의 추진’ 및 ‘바이오매스 이용과 식품 리사이클의 추진’의 시책이다.
- 6) 식문화 계승을 위한 활동에의 지원으로서 ‘버란티어 활동’, ‘학교 급식에서의 향토 요리 등의 적극적인 도입과 이벤트 활용’, ‘전문 조리사 등의 활용’, ‘관련 정보의 수집과 발신’ 시책들이다.
- 7) 식품의 안전성 등에 관하여는 국민의 적절한 식생활 선택에 도움이 되는 것과 함께 식육의 전반적인 추진에 이바지하기 위하여 ‘리스크 커뮤니케이션의 철저’, ‘식품 안전성과 영양 등에 관한 정보 제공’, ‘기초적인 조사·연구 실시’, ‘식품 정보에 관한 제도의 보급과 개발’, ‘지방공공단체 등의 대처에 대한 촉진’, ‘식육의 해외 전개와 해외 조사 추진’ 및 ‘국제적인 정보 교환’ 등의 각 시책에 대처하고 있다.

#### 8) 필요한 사항

위에 내용을 첨가하여 식육 추진에 관한 시책을 종합적이고 보다 계획적으로 추진하기 위하여 필요한 사항으로서 ‘다양한 관계자의 연계 및 협력 강화’, ‘도도부현 등에 있어 추진 계획의 책정과 그것에 기초한 시책 촉진’, ‘적극적인 정보제공과 국민의 의견 등을 파악’, ‘추진 상황의 파악과 효과 평가 및 재정조치의 효율적이고 중점적 운용’ 및 ‘기본 계획의 재점검’ 등 5항목이 정하여져 있다. 또한 도도부현에 있어 도도부현 식육 추진 계획은 11개 도도현에서 책정이 완료되고 있는 상황이다.

## 7. 식육을 국민 운동으로 하여 얻고자 하는 점

### 1) 국민의 심신의 건강 증진

식육은 국민 개개인이 모든 세대에 걸쳐 건전한 식생활에 필요한 지식과 판단력을 습득하고 그것을 실현할 수 있도록 하는 것을 목표로 하고 있다.

최근 영양편중, 식습관의 문란에 동반되는 비만과 생활습관병의 증가, 과도한 저체중 등이 문제가 되고 있지만 식에 관한 지식과 적절한 판단력을 몸에 익혀 식생활 개선을 도모하고 이들 문제의 해결에 크게 기여하는 것으로 생각된다.

2) 풍요로운 인간 형성

3) 식에 대한 감사 마음과 이해 등

4) 국민 운동에 대한 기대

식육에 대하여는 종래 국가와 지방공공단체, 교육, 보육, 농림어업, 식품산업 등의 관계자와 소비자 단체, 버란티어 단체 등 여러 관계자가 각각의 입장에서 대처하여 왔지만 식을 둘러싼 문제를 해결하는 상황에는 도달하지 않았다. 또한 식육에 관심을 갖고 있지 않는 사람들이 상당수의 비율을 차지하고 있는 상황이다.

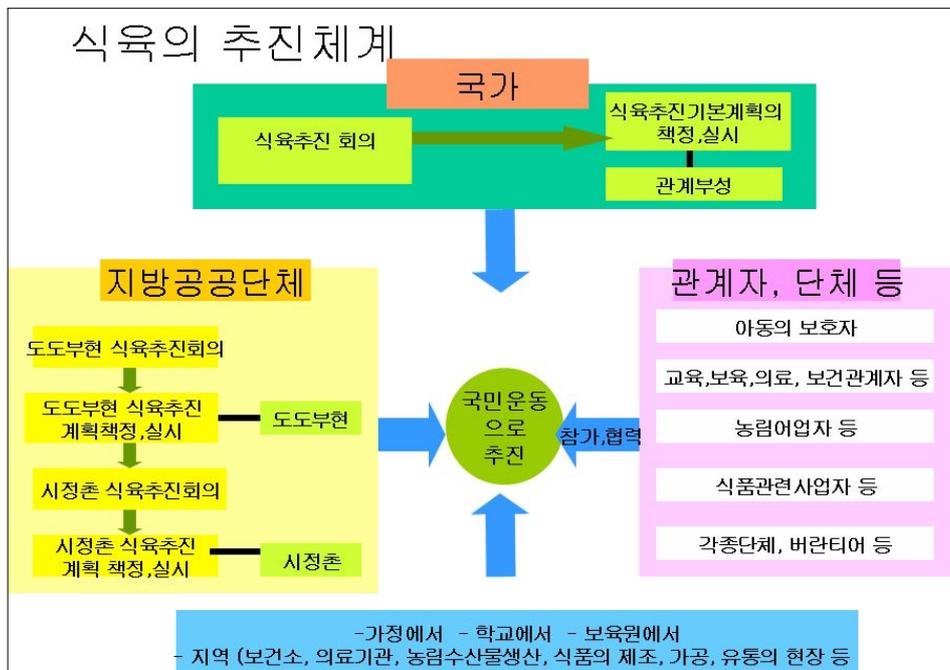
이 때문에 국민 개개인이 건전한 식생활을 자기 스스로 실천할 수 있도록 식에 관한 정확한 지식과 정확한 판단력을 주체적으로 몸에 익히고 국민이 스스로 대처하고 국민이 주역이 된 국민적으로 넓혀가는 운동으로 식육의 추진에 대처하는 것이 긴요한 과제이다.

이와 같은 식육 추진 운동 전개에 있어 국민 개개인이 자발적으로 식육의 의의와 필요성 등을 이해하고 운동에 공감할 수 있는 대처가 필요하다.

또 국가와 지방 공공 단체를 비롯한 교육 관계자 등 농림어업자 등, 식품 관련 사업자 등 기타 민간단체 등을 포함한 광범위하게 관계자가 식을 둘러싼 문제 의식을 공유하고 가정, 학교, 보육소, 지역 등 사회의 여러 장소에서 적극적인 대처를 하는 것이 중요하다.

이런 관점에서 국민과 민간의 자발적 의사를 존중하고 과거부터 하던 운동을 더욱 충실하게 하며 식육 월간과 식육의 날을 설정, 민간의 대처에 대한 표창을 실시하고 정보 제공과 광고 계몽 활동의 강화 등 운동추진을 위한 다채로운 지원책을 하여 다채로운 주체의 참가와 연계, 협력에 입각한 국민운동으로 식육 추진운동의 전개를 기대한다. (※ 국민 운동은 전국적으로 하는 것으로 매월 식육월간 발행, 매월 19일을 식육의 날로 정함. 매년 6월 전국 식육 추진 대회 개최 - 2006년은 오오사카에서 실시)

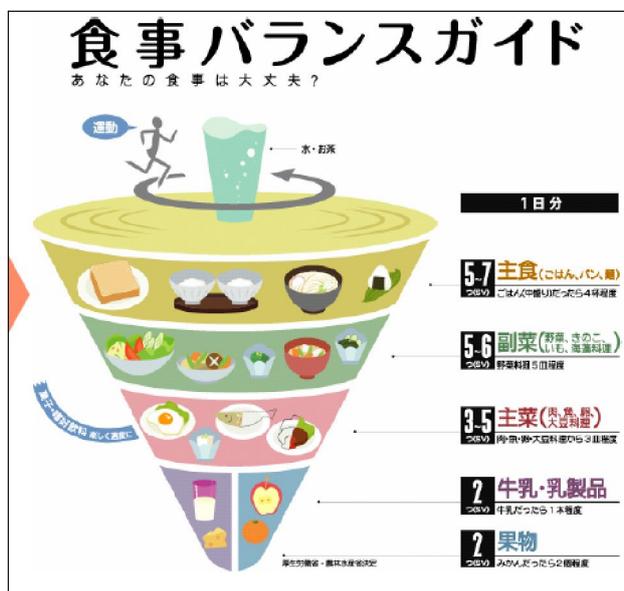
### 8. 국가 · 지방 공공 단체 등의 추진 체제



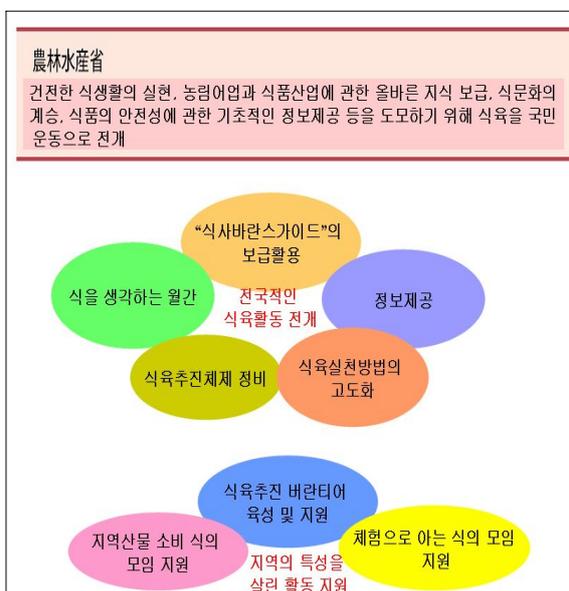
## 9. 일본 정부 관련 부성의 식육 관계 추진 사항

### 1) 각 기관별 식육 추진 내용

| 관련 부성         | 추진 내용                                                       |
|---------------|-------------------------------------------------------------|
| 식품안전위원회       | 식품의 안전성에 대한 정보 제공과 의견 교환 실시                                 |
| 문부과학성         | 학교 급식의 충실을 도모하고 영양교사 제도를 활용한 지도 체제의 정비 등, 학교에 있어 식육의 추진에 대처 |
| 후생노동성         | 국민 개개인의 건강 만들기와 생활 습관병의 예방을 위한 영양 및 식생활에 관한 대처              |
| 농림수산성         | 건강한 식생활을 실현하기 위한 농림어업과 식품산업에 대한 올바른 지식 보급과 식문화 계승 등에 대처     |
| 지방공공단체 및 민간단체 | 자발적인 대처                                                     |



일본의 식육 추진을 위한 보급 매체인 식사 밸런스 가이드



농림 수산성의 식육 추진

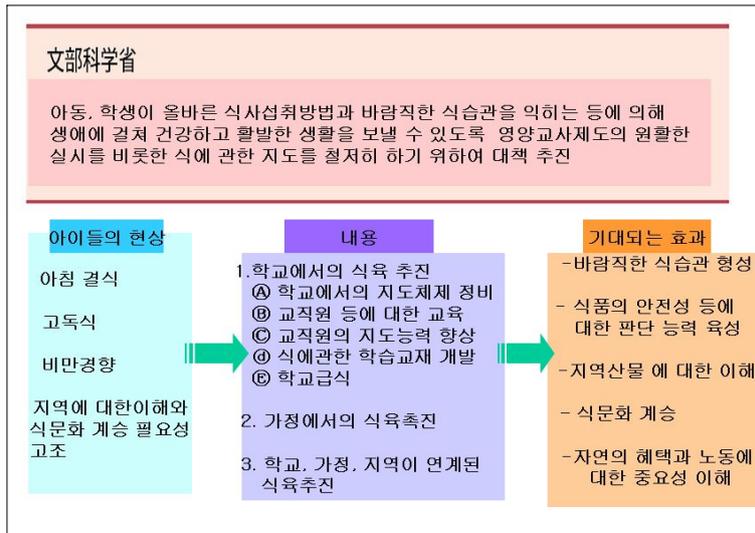
### 2) 문부과학성의 식육 추진

#### (1) 문부과학성에 있어 식육 추진의 기본적 사고

문부과학성에 있어 식육 추진의 기본적 생각은 아이들의 ‘식’에 대한 대책으로 어릴 적 식습관이 일생을 걸쳐 영향을 미친다는 것에 착목, 어린이들에게 올바른 식에 관한 지식에 대하여 교육하고 올바른 식습관을 몸에 익혀 실천하게 하기 위하여 가정, 학교 관계자, 지역이 삼위 일체가 되어 실시하는 것을 목표로 하고 있다. 그 중 중심이 되는 학교에서의 식육추진은 교과목(보건, 체육, 특별활동)시간을 이용 종합적으로 추진하고 있다.

#### (2) 학교에서의 급식 및 영양교사와 식육 추진

일본의 학교급식영양교사는 2005년도 작년부터 시작, 도입되고 있다. 일본에 2006년 9월 현재 330명의 영양교사가 학교에 배치되어 있다. 또한 국가에서는 전국 도도부현에 빠른 시일 내에 식육추진기본계획을 추진하기 위하여 영양교사를 배치하는 것을 목표로 지시하고 있다.



문부과학성의 식육 추진

## 10. 식육 추진 시책의 실시 상황

### 1) 가정에서의 식육 추진

#### (1) 생활 리듬의 향상

##### ① 어린이의 기본적 생활 습관 상황

잘 움직이고 잘 먹고 잘 자는 기본적인 생활 습관이 크게 문란해짐.

- 취침, 수면 시간(오후 10시 이후에 취침하는 6세 이하의 유아 비율은 29%를 점유하고 있다. 또한 평일 9시 이후 취침하는 초·중학생의 비율은 초등학교 6학년생 12%, 중학교 3년생 64%이다.)

- 조식 결식(초등학교 5학년생 16%, 중학교2년생 20%이다.)

##### ② 어린이의 생활 리듬 향상 프로젝트에 의한 “일찍 자고 일찍 일어나 아침 먹기”

국민 운동 전개

- 어린이 생활리듬 프로젝트

- “ 일찍 자고 일찍 일어나 아침 먹기” 전국협의회에 의한 운동 전개

#### (2) 어린이 비만 예방 추진

#### (3) 바람직한 식습관과 지식 습득

#### (4) 임산부와 영유아에 관한 영양 지도

##### ① 임산부 등에 대한 영양 지도 철저

##### ② 영유아 발달 단계에 따른 영양 지도 철저

- 지역에서 영유아 발달 단계에 따른 식육 추진

- “ 건강한 모자 21”에 의한 식육 추진

##### ③ “2005년도 영·유아 영양 조사” 결과에 근거한 식육 추진

#### (5) 가정과 지역에서의 영양교사를 중심으로한 대처

#### (6) 청소년 및 보호자 대상의 식육 추진

### 2) 학교, 보육원 등에서의 식육 추진

#### (1) 지도 체제 철저

- (2) 어린이 대상 지도
    - ① 학교에서의 식육추진
      - 영양교사에 의한 대처  
식에 관한 지도 연계 및 조정, 어린이 교과 및 특별활동 등에 교육지도,  
어린이 개인적 상담지도
      - 식에 관한 학습교재 작성
    - ② 학교교육외의 어린이에 대한 지도
  - (3) 학교급식의 철저
    - ① 학교급식의 현상
    - ② 지역 산물의 활용 추진
    - ③ 쌀밥 급식 보급과 정착을 위한 대처
    - ④ 학교 급식 메뉴 질향상
  - (4) 식육을 통한 건강상태 개선의 추진
  - (5) 보육원에서의 식육추진
- 3) 지역에서의 식생활개선 추진
- (1) 영양적으로 균형잡힌 “일본 형식 생활”의 실천
  - (2) “식생활지침”과 “식사밸런스가이드”의 활용 촉진
    - ① “식생활지침”의 활용 촉진
    - ② “식사밸런스가이드”의 활용 촉진
  - (3) 전문적인 지식을 갖는 인재양성과 활용
    - ① 관리영양사, 영양사 양성과 활용
    - ② 조리사 양성과 활용
  - (4) 건강가꾸기와 의학교육 등에 있어 식육추진
    - ① 건강가꾸기와 식육추진
    - ② 의학교육 등에서의 식육추진
  - (5) 식품관련사업자 등에 의한 식육추진
- 4) 식육추진운동의 전개
- (1) 식육월간의 설정과 실시
  - (2) 계속적인 식육추진운동
  - (3) 각종 단체 등과의 연계, 협력체제의 확립
  - (4) 민간의 대처 등에 대한 표창 실시
  - (5) 국민운동에 이바지하는 조사연구와 정보제공
    - ① 식육에 관한 국민의 의식과 식생활 실태 등에 대한 조사연구
    - ② 식육에 관한 시책 등의 종합적인 정보제공
    - ③ 식육을 추진하여 성과를 올리고 있는 사례 등의 수집과 정보제공
  - (6) 식육에 관한 국민의 이해 증진
  - (7) 버란티어 활동에 대한 지원
    - ① 버란티어의 활발화가 되도록 환경 정비
    - ② 건강가꾸기 활동 촉진
- 5) 생산자와 소비자와의 교류 촉진, 환경과 조화된 농림어업의 활성화 등
- (1) 도시와 농산어촌의 공생 대류를 통한 도시주민과 농림어업자의 교류 촉진

- ① “그린트리즘(농촌, 산촌, 어촌에서 자연, 문화 사람과의 교류를 즐기는 체재형 여가 활동으로 도시와 농산어촌의 공생과 대류를 추진하는 주요한 대책” 등을 통한 도시주민과 농림어업자의 교류 촉진
  - ② 도시부에서의 체험 농원과 농산어촌에서의 체재형 시민 농원의 정비 등의 추진
  - (2) 어린이를 중심으로 한 농림어업 체험 활동의 촉진과 소비자에게 정보 제공
  - (3) 농림 어업자 등에 의한 식육 추진
  - (4) 지산지소의 추진
  - (5) 바이오매스 이용과 식품 리사이클의 추진
    - ① 바이오매스의 종합 이용
    - ② 식품 리사이클
    - ③ 가정에서의 식생활 실태 등 조사
- 6) 식문화 계승을 위한 활동에 대한 지원
- (1) 버란티어 활동 등에 대한 대처
    - ① 버란티어가 실시하는 모자 요리 교실과 체험 활동 등
    - ② 전통문화의 보존 단체 등이 실시하는 식문화에 관한 대처
  - (2) 학교급식에서의 향토 요리 적극적인 도입과 이벤트에 활용
    - ① 학교급식에서 전통적인 식문화를 계승한 메뉴의 활용
    - ② 이벤트와 심포지움 등에 있어 일본의 전통있는 식문화 소개와 체험 참여
    - ③ 국민 문화제를 활용한 지역의 향토요리 등의 발신
  - (3) 관련 정보 수집과 발신
- 7) 식품의 안전성, 영양 기타 식생활에 관한 조사, 연구, 정보제공 및 국제교류의 추진
- (1) 리스크커뮤니케이션의 철저
    - ① 리스크 커뮤니케이션의 적극적인 실시
      - 리스크 커뮤니케이션의 추진
      - 의견교환회
    - ② 리스크 커뮤니케이션의 적절하고 보다 효과적인 방법 개발
  - (2) 식품의 안전성과 영양 등에 관한 정보제공
    - ① 식품 안전성에 관한 정보 제공
    - ② 과학적인 견해에 근거한 식생활 개선에 필요한 정보 보급 개발
  - (3) 기초적인 조사 연구 등의 실시
    - ① “일본인의 식사 섭취 기준”의 작성, 공표, 활용 촉진
    - ② 국민건강·영양 조사 실시·활용
    - ③ 어린이 생활 습관병의 효과적인 예방과 과학적 근거 축적
    - ④ 농림어업과 식량 생산, 유통, 소비에 관한 통계조사의 실시 및 공표
  - (4) 식품정보에 관한 제도 보급 개발
    - ① 식품표시의 적정화, 표시제도의 보급과 정착
    - ② 생산정보공포 JAS 규격의 보급 개발
  - (5) 지방공공단체 등에 대처
  - (6) 식육의 해외전개와 해외조사 추진
    - ① 식육의 해외전개
    - ② 해외에 식생활 개선 등
  - (7) 국제적인 정보교환 등