食育クイズ

農林漁業体験をすると、どんな変化が？



**農林漁業体験をすると、
どんな良い関係があると
言われているか。**

1.食べ物に関する意識や関心の変化
2.食べ物に関する意識や知識
3.食べ物の嗜好
4.食べ残しなどの食行動
5.心の健康

※農林漁業体験は、田植え（種まき）、稲刈り、野菜の収穫、
家庭菜園、家畜の世話などが含まれる。





答え：全て

**農林漁業体験の効果として、子どもでは食に対する
感謝の気持ちが高くなることなどが報告されている。
成人や高齢者では主食・主菜・副菜をそろえた食事や
野菜を食べる頻度・入手する機会が多いなど、
健康な食事との関連も報告されている。
身近な作物栽培（家庭菜園や水耕栽培など）から
チャレンジしてみてはいかがでしょうか。**

第4次食育推進基本計画※

農林漁業体験を経験した国民（世帯）の割合

令和2年（2020年度）　65.7%



**令和7年度（2025年度）
までの目標値**

70%以上

※食育基本法に基づき、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な
推進を図るため、食育推進会議が作成し、
施策についての基本的な方針や食育推進の目標等を定めるもので、
5年ごとに作成。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

12 つくる責任 つかう責任

参考：農林水産省

© 2022 シダックス栄養士会
ヘルシーメモ　N0.2301