

应用营养

日本和美国食物教育比较及对我国食育发展的启示

陈敏静,杨炎炎,王斌,王秀丽

(农业农村部食物与营养发展研究所,北京 100087)

摘要:在“健康中国 2030”规划纲要的引导下,我国正逐步推进食物教育的发展。食物教育作为提升全民健康素养和预防慢性疾病的关键手段。本文对比分析了日本和美国的食物教育模式,探讨其在政策制定、教育实施和社会参与等方面的异同,为中国的食育发展提供参考。研究发现日本建立了全面的食育框架,以系统化立法推进文化传承与社会责任;美国则通过一系列法案支持学校午餐计划,侧重个体健康管理与行为改变,以精准干预解决健康危机。尽管路径不同,两国的食物教育实践均显示了对特定健康指标的积极影响。中国应加快立法进程,深化食育内涵,完善协同机制,强化人才培养与技术赋能,共同构建符合国情的食物教育体系,推动政策的实施,为实现健康中国的宏伟目标提供坚实的理论和实践支持。

关键词:食物教育;健康中国;日本;美国

中图分类号:R155 **文献标识码:**A **文章编号:**1004-8456(2025)07-0659-09

DOI:10.13590/j.cjfh.2025.07.010

Comparative analysis of food education in Japan and the United States and its enlightenment for the development of food education in China

CHEN Minjing, YANG Yanyan, WANG Bin, WANG Xiuli

(Institute of Food and Nutrition Development, Ministry of Agriculture and Rural Affairs, Beijing 100087, China)

Abstract: Under the guidance of the “Healthy China 2030” Outline, China is gradually promoting the development of food education. As a key means to improve the health literacy of the whole people and prevent chronic diseases, this paper compares and analyzes the food education models of Japan and the United States, explores their similarities and differences in policy formulation, education implementation and social participation, and provides a reference for the development of food education in China. The study found that Japan has established a comprehensive food education framework to promote cultural inheritance and social responsibility through systematic legislation; the United States has passed a series of bills to support the school lunch program, focusing on individual health management and behavior change, and solving health crises through precise intervention. Despite different paths, food education practices of the two countries have shown a positive impact on specific health indicators. China should speed up the legislative process, promote a deeper understanding of food education, build stronger coordination mechanisms, and prioritize talent training and technology empowerment, jointly build a food education system that conforms to national conditions, promote the implementation of policies, and provide solid theoretical and practical support for achieving the grand goal of a healthy China.

Key words: Food education; Healthy China; Japan; the United States

食物教育,简称食育,不仅是一种传递食品安全与营养知识的方式,更是文化传播与行为塑造的重要手段。食物教育通过教育方式提高人们对食品的选择能力和健康饮食意识,不仅局限于营养知识的传授,还包括饮食行为和文化的培养。营养教育聚焦于营养知识传播,是食育在知识层面的重要

组成;营养干预改善则针对特定人群或营养问题采取具体措施,是食育解决实际健康问题的关键实践。这种教育方式在促进公众健康和预防慢性疾病方面发挥着重要作用^[1]。

随着生活方式的转变和营养健康产业的变革,饮食习惯与公众健康之间的关系已成为国际社会

收稿日期:2024-12-22

基金项目:国家重点研发计划(2024YFF1106204)

作者简介:陈敏静 女 在读研究生 研究方向为农业经济与政策 E-mail: 82101235673@caas.cn

通信作者:王秀丽 女 研究员 研究方向为食物营养消费行为与引导、膳食模式、食物消费社会学 E-mail: wangxiuli01@caas.cn

的热点议题。特别是在慢性病高发的背景下,各国政府开始将食物教育作为提高健康水平的重要抓手点。随着全球健康问题的日益严重,食物教育成为各国政府和教育体系关注的重要领域。不同国家根据各自的社会背景、文化传统和健康需求,发展出不同的食物教育体系。日本和美国作为食物教育的先行者,通过立法、政策推动及学校教育等多方面手段,逐步构建起了食育体系,并在实践中不断调整和完善,以适应国民日益增长的健康需求。近年来的研究表明,日本的《食育基本法》提供了一个高度系统化的政策框架,明确食育的法律地位,推动了健康饮食和文化遗产^[2-3]。通过《食育推进基本计划》,日本建立了覆盖广泛的食育体系^[4-7],强调政府、学校、家庭和社区等多主体的合作,广泛开展食育教育^[8-10]。这一政策有效降低了日本的肥胖率^[11](2024年为4.3%^[12]),并延长了国民寿命,2023年日本的平均预期寿命为84.3岁,位居全球第1^[13]。与日本相比,美国则建立了完善的学校供餐体系^[14],学校午餐计划在改善学生营养、干预慢性病和儿童肥胖方面取得了显著成效^[14-15],并为全球超过70个国家提供了参考^[16]。美国的营养法案不断更新,推动了国民食物与营养的可持续发展^[17],膳食指南逐步转向个性化和灵活的指导模式^[18]。

中国的食育文化源远流长^[1],但现代系统化的食物教育推广起步较晚,近年来发展迅速并得到重视,2016年发布的《“健康中国2030”规划纲要》明确提出将健康教育纳入国民教育体系,并作为素质教育的重要组成部分,通过教育方式预防慢性病、改善公众健康状况^[19]。我国先后启动“城市中小學生‘校园营养食育’策略研究”“营养校园”“营养与健康学校建设”等多个试点,探索在学校场景下开展食物教育的有效模式。如北京、上海等地的“食育进校园”项目,以及中国学生营养日、全民营养周、食品安全宣传周等活动,此外,中国食育大会、食育发展大会等会议也在有序开展。2025年3月,《中国食物与营养发展纲要(2025—2030年)》的发布,旨在统筹食物与营养,推动国家健康建设,促进全民营养水平的提高,以及满足人民群众日益增长的营养与健康需求。这些举措表明中国食物教育正在逐步形成系统化的发展模式,但仍处于探索和起步阶段。而日美两国在食育方面取得了显著成就,但其发展路径、实施主体和政策覆盖范围存在明显差异^[20]。本文将对对比分析日美两国的食物教育模式,探讨其在政策制定、教育实施和社会参与等方面的异同,为中国等国家在食物教育领域的发展提供借鉴,优化

食育政策和实践,推动全球健康饮食文化进步。

1 日本和美国的食育发展概况

1.1 日本食育的发展概况

食育的概念最早是在明治时期被提出,但并未引起广泛关注^[21]。食育的理念起源于19世纪末,养生学家石冢左玄1986年在其著作《食物养生法》中提出“体育、智育、才育即是食育”^[22],强调食育对个人健康的促进作用。随着20世纪初以来工业化与城市化进程的加速,日本传统家庭饮食模式发生了变化^[23],导致依赖便利食品的现象增多,生活方式病如肥胖和糖尿病在儿童中逐渐增多,饮食结构变化,影响个人健康和社会关系。这促使政府和社会开始意识到食育的重要性。研究表明,儿童时期的饮食习惯对其一生的身心健康至关重要^[24],因此,日本开始推动食育的发展,以政策和法律为手段应对饮食混乱和健康问题,并在学校开展饮食教育,培养科学饮食习惯和食品常识。进入1978年后,随着社会经济的快速发展,食育的目标扩展到整个国民,日本政府推出多个长期规划,如“国民健康增进计划”和“健康日本21”,旨在通过合理的饮食习惯和预防慢性疾病来提高国民的整体健康水平^[25]。2005年《食育基本法》的通过标志着食育步入法治化阶段,成为国家战略的一部分,并成为终身教育的内容之一。该法律强调了食育在儿童成长中的重要性,并明确其是所有教育的基础,旨在培养国民的健康身心和丰富的人性^[2]。《食育推进基本计划》的实施进一步推动了食育的全面展开,自2006年起每五年更新一次,至今已实施四期。前两期计划侧重于普及基本饮食常识和加深国民对食育的重视程度,第三期计划则强调食育对经济发展和文化遗产的推动作用,而第四期计划在此基础上提出了构建可持续发展的数字化食育的目标^[11]。学校食育的内容包括食物知识、营养教育、环保意识、农业体验等,且已融入从小学到中学的课程,强调理论与实践的结合^[7]。1954年通过的《学校营养午餐法》加强了学校午餐制度的规范,营养师设计均衡餐食,学生在午餐时间学习食物的营养、来源及文化知识^[8]。同时,学校还组织农田实践和烹饪课程,让学生通过实践了解食物的生产与制作过程,培养健康饮食的兴趣。综上所述,日本食育从传统养生观念出发,经过忽视到重视的转变,最终通过立法和系统的教育计划,形成了一个多层面的综合食育体系^[25]与实施体系^[26]。

1.2 美国食育的发展概况

美国虽没有明确提出“食育”这一概念,但可以

概括为以问题驱动为核心,推动“营养干预+实践教育”的模式。从20世纪中期至今,美国的食育发展历经3个关键阶段:政策奠基期(20世纪30年代至20世纪60年代)、科学化转型期(20世纪70年代至20世纪90年代)及系统化整合期(21世纪初至今)。早期美国食物教育的核心目标聚焦于经济救济和保障基本营养。大萧条时期,联邦政府通过《农业调整法》和《国家学校午餐法案》政策,确立普惠性的供餐制度,确保学生能在学校获得营养均衡的餐食^[1,27]。不过此时主要在于消化过剩农产品,食物教育中的营养教育未受重视。20世纪60年代,美国食物教育步入政策奠基的重要时期,《食品券法》和《儿童营养法案》等后续政策扩大了营养援助范围^[28],使食物教育从经济救济迈向公共卫生干预,但营养教育本身尚未受到足够重视,其主要功能仍偏向于经济救济层面。

随着营养科学发展和慢性病问题显现,美国食物教育开始强调营养教育和健康行为引导,《美国人饮食指南》发布并定期修订,成为指导居民健康饮食的重要文件,以反映最新的营养研究成果,强化营养教育。同时,美国疾病预防控制中心通过了危险因素监测系统^[29],关注健康问题,并通过调整政策,积极应对营养不良及慢性疾病的挑战。《营养标签和教育法》和《全国营养监测和相关调查法案》进一步推动营养教育的深入^[17]。这一阶段的开始

注重提升公众的健康饮食认知和促进健康行为改变,将关注点从“吃什么”拓展至“为何吃”与“如何吃好”。“可食校园计划”和“从农场到学校”实践性项目的实施,也体现了通过教育改善人与食物的关系^[30],推动食物教育走向综合发展。21世纪以来,儿童肥胖问题的加剧,尤其是慢性疾病的频发^[31]等新的健康挑战,促使食物教育系统化整合。《农业法案》和《健康、无饥饿儿童法案》等政策,持续加强营养干预,尤其关注儿童和弱势群体的营养健康。2011年发布的新饮食指南“我的餐盘(MyPlate)”及配套的“MyPlate课堂工具包”通过直观的方式指导公众尤其是学生的饮食生活^[32],并在2022年用于中小学营养教育试点。《从农场到学校法案》促进了学校、农场与社区的多方合作^[33],推动食物教育走向多元协同发展。此外,妇幼营养补助计划WIC(Women、Infants and Children)项目不断修订,植物性食品系统课程推出,《2025—2030年膳食指南》首次明确“植物性饮食优先”原则^[34]等举措,都体现了不断适应新的健康挑战和社会需求,并积极探索新的发展方向。

美国的食物教育虽然没有形成统一的“食育”体系,但其发展(见图1)是从政策到实践的多层次推进,通过学校、社区和政府的合作,逐步提高学生的食物认知,并促进健康饮食习惯的养成,致力于提升国民的健康意识和饮食习惯及改善国民健康水平,降低慢性疾病的发生率。

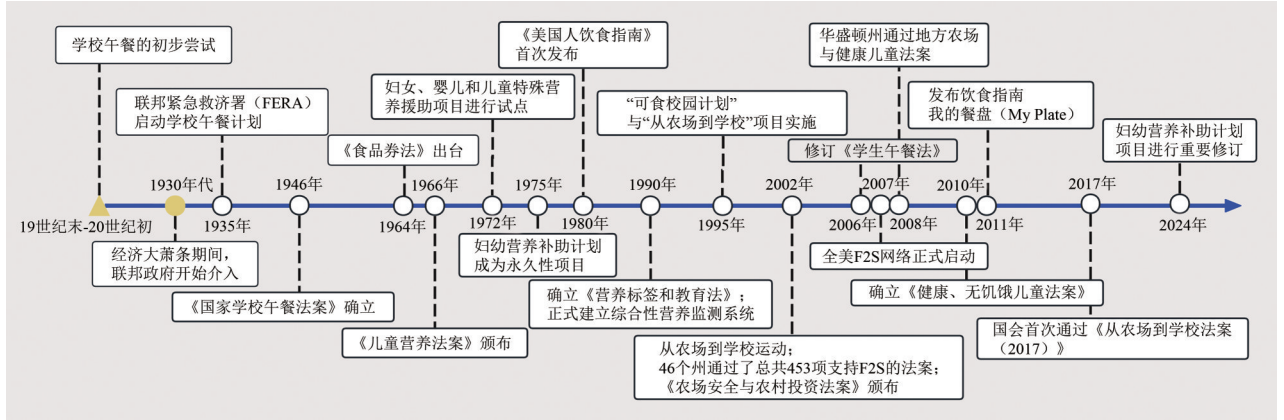


图1 美国食物教育发展的重大事件历程图

Figure 1 The course of major events in the development of food education in the United States

2 日本和美国的食物教育发展的比较分析

2.1 食物教育目标的差异

日本和美国食物教育均被纳入国家公共卫生政策框架,但强调的目标和理念不同。日本的食物教育目标强调文化传承、身心健康与道德教育,强调食物与自然的和谐统一,通过食物教育培养学生的全面健康。美国则侧重于解决特别肥胖和慢性

疾病问题的公共健康危机,重点关注健康管理和行为改变。但两国在食育目标上也存在共性,两者在课程上均重视实际操作和健康饮食科学知识的应用,致力于提升国民的食物认知和整体健康水平。

2.1.1 目标的差异

日本的食物教育以传承和延续传统饮食文化为核心目标,并以此强化民族文化认同。《食育基本

法》强调“感恩之心”和“传统饮食文化的继承”,将传统饮食实践具体化并设定为可量化的教育指标强化民族文化认同,并通过午餐菜单标注时令食材,以及设置课程等具体措施加以落实。相比之下,美国食物教育呈现出鲜明的公共卫生干预特征,其核心目标是应对肥胖与慢性病防控等公共健康危机,课程内容更侧重于均衡饮食、健康习惯、安全食品选择和烹饪技能的培养,旨在提升个人健康管理能力,解决紧迫的公共卫生问题。日本侧重文化传承与民族认同,美国更侧重于健康管理和慢性病预控与干预措施。中国在构建食育体系时,应兼顾文化传承与健康促进两大目标。一方面要立足中华优秀传统文化,增强民族文化自信;另一方面要将防控慢性病、提升国民健康水平作为食育的重要使命。

2.1.2 教育理念的差异

日美两国都致力于通过食物教育改善国民健康,但其教育理念大不相同。日本食物教育融入了集体主义和社会责任感理念,将健康视为集体责任的一部分,强调个体要遵循社会规范。如《学校给食法》中,学生通常被禁止自带便当,需统一食用学校提供的午餐,旨在培养学生共同的饮食习惯和集体意识。相反,美国的食物教育体系深受个人主义文化影响,更强调个体发展和自主选择,把饮食当作个体权利的体现。《健康、无饥饿儿童法案》鼓励学生自主选择健康饮食,并提倡饮食多样性和包容性,确保每个人平等地获得健康食品资源。可见,日本强调“集体责任”,美国则强调“个人主义”,这两种不同的食物教育理念深刻影响了两国食育实施路径与成效。中国需立足中国文化土壤,构建具有中国特色的食育理念,在强调个体健康的同时,融入集体责任、社会关怀和饮食伦理等价值导向,培养具有中国文化底蕴和健康素养的公民。

2.2 政策与制度实施的异同

2.2.1 法律为保障:刚性制度与弹性政策

在法律保障方面,日本和美国均通过立法手段建立了基础性的食育保障框架。日本政府通过《食育基本法》构建了“中央-地方-学校”三级联动的刚性制度框架,确保政策统一性和系统性,内阁府统筹、地方政府和学校必须根据本地实际情况制定具体的食育推进计划,并将其融入学校的教育体系之中。这一法律体现了国家层面的规范和地方政府实施的灵活性,确保了食育的普及性和适应性,增强了文化认同感与归属感。而美国采用了“联邦-地方协作”模式,呈现出碎片化立法特点。《儿童营养法案》《国家学校午餐计划》和《健康、无饥饿儿童法

案》等二十余个专项法案,从不同维度规制食育相关内容,尤其是儿童营养问题,重点围绕营养干预展开。这种碎片化立法赋予各州灵活制定食育政策的权力,但也导致全国性的食育政策缺乏系统性与连贯性。由此可见日本重在构建系统性法律框架,美国则侧重于通过多部法案进行问题导向的规制。中国在推动食育立法时,既要明确国家层面的顶层设计和统一要求,又要赋予地方政府和学校结合实际情况开展食育的自主空间,构建具有中国特色的食育法律体系。

2.2.2 实施主体:垂直协作与分权自治

日本和美国食育实施主体中政府作为政策制定者,学校作为主要执行平台,但治理协作模式存在显著差异,反映了两国不同的行政体系和政府职能划分。日本采用集中、自上而下的模式,构建了以政府为主导的垂直协作机制,中央政府统筹,地方政府、学校具体实施,确保国家方针的统一贯彻,并调动多方力量参与,如家长委员会、农协等,形成全社会广泛参与的协同格局与多层次的食育体系。相比之下,美国的食育政策实施主要依赖联邦和州政府的财政支持及政策指导,实施主体具有自主性和多样性。联邦设定最低标准,各州及学校根据自身情况定制实施方案,同时企业、非营利组织、基金会等社会组织等社会力量也积极参与,联邦、州、学校及社会力量之间多元协作,模式更为灵活。中国在构建食育实施体系时,可以借鉴日本垂直协作模式的优势,确保食育政策的有效落地和统一推进。同时美国分权自治的灵活性也提示我们,在统一框架下,应允许地方根据实际情况探索特色化的食育实施路径。

2.2.3 政策覆盖范围:全民培育与精准施策

日本和美国都将学校作为食育政策覆盖的关键场所,都在一定程度上引导家庭与社区参与,但在食育政策的覆盖范围上侧重点不同。日本的食育政策侧重于实现全民覆盖,从学校教育延伸至社区,学校、家庭和社区的联动形成了综合性、跨领域的食育网络,提升国民整体健康意识。而美国的政策则更侧重于精准施策,政策主要覆盖公立学校,尤其是低收入家庭的学生,强调通过提供营养餐保障儿童的基本生理需求,但社区和家庭参与相对有限。这种差异启示中国在推广食育时,应借鉴日本全民覆盖的理念,将食育纳入国民公立教育体系,惠及所有学生,提升全民健康素养,但是应考虑到中国区域发展不平衡的现状,在社会福利与教育资源分配方面有不同侧重。同时,也可以参考美国精准救助的思路,针对贫困地区和弱势群体,加大营

养干预和支持力度,确保食育的公平性和有效性。

2.3 实施途径侧重点不同

2.3.1 学校教育:日本系统化课程与美国的实践操作

日本和美国的食育体系里,学校教育均占据关键地位,但在课程设置与教育方式上展现出鲜明差异。日本将食育系统性地融入小学到高中的课程,内容涵盖食品安全、营养知识、传统饮食文化和食品加工等,并辅以农场参观、食品加工体验及种植等食育实践活动。相比之下,美国的食物教育则更侧重实践操作,将食育融入健康教育等课程,并开展形式多样的活动,如厨房菜园计划、开设烹饪课和园艺项目,邀请营养师或厨师进课堂,以及利用社区资源如农民市场和健康研讨会进行互动式教学。中国学校食育可借鉴日本经验,构建系统化的课程体系,并参考美国模式,加强实践性教学环节,提升学生的参与度和实践技能,使食育更贴近生活。

2.3.2 家庭教育:日本文化传承与美国日常习惯养成

日本和美国家庭教育实施途径的不同侧重点是文化传承和生活习惯培养。日本的家庭食育中注重文化传承,通过亲子烹饪、共同购物,参与稻米的种植和收割活动及传统节日饮食等活动,使孩子了解食物来源,体验饮食文化,并增强文化认同感。而在美国的家庭食育中更加注重日常健康饮食和体重管理,家长通过日常饮食、烹饪等活动来引导孩子选择健康食品。中国家庭食育应兼顾文化传承与习惯培养,既要挖掘和传承中国传统饮食文化的精髓,增强文化自信,也要注重培养孩子健康的日常饮食习惯,为健康生活奠定基础。

2.3.3 社区和公共机构:日本的深度参与和美国的资源协作

日本社区深度融入食育,从社区组织到政府紧密围绕本土文化,全方位渗透食育,频繁组织健康讲座、烹饪班和食品展览等食育活动,设有专门的饮食生活改善推进员,深化社区的食育工作。美国社区则依赖“政府—非营利组织”的资源合作,提供资源和技术支持,通过整合各方资源,借助市场力量与法律保障推进食育工作,活动形式多样,注重资源整合与高效利用。联邦和州政府提供资金援助,帮助学校改进膳食质量和营养教育。尽管两国在具体实施上有差异,但都强调通过社区和公共机构的合作来促进健康饮食习惯的形成。中国社区食育建设可借鉴日本深度参与模式,深入推广健康饮食文化;学习美国资源协作的思路,构建政府、社会组织、企业等多方参与的合作机制,整合资源,提

升食育的覆盖面和影响力。

2.3.4 媒体和科技:日本文化弘扬与美国个性化指导

日本和美国均利用科技手段扩大食育影响力,试图通过科技扩大食育覆盖面。日本 NHK(Japan Broadcasting Corporation)等传统媒体制作专题节目和纪录片,如《和食之神》纪录片,强化文化认同;地方政府开发“食育地图”应用程序等辅助工具,媒体运用侧重于文化价值的传递和普及。美国的媒体同样重视健康饮食的宣传,但更依赖健康管理应用程序等科技手段,美国 CNN(Cable News Network)和 NBC(National Broadcasting Company)等主流媒体会制作关于健康饮食的专题节目,提供实用的饮食建议。开发 MyFitnessPal 和 Noom 等提供个性化健康建议和健康跟踪服务,更偏向于数据驱动的个性化健康管理。中国在利用媒体和科技推广食育时,可借鉴日本经验重视传统媒体的文化传播价值,提升国民文化自信;也要学习美国科技应用的优势,利用数字技术提升食育的精准性和互动性,满足多样化需求。

3 日本和美国食物教育对中国的启示

日本和美国食物教育的制度设计与实践路径,为中国构建本土化食育体系提供了重要参照与借鉴。近年来,我国食育工作取得阶段性进展,从边缘议题逐渐向国家行动中心迈进,国家政策与相关系列文件接连出台,教育部劳动课纳入烹饪营养知识、设置营养指导人员,从学校营养改善到课程教材指南,多维度搭建起食育基础框架。但仍存在体系性短板,政策间协同性较弱,缺乏专项立法;文化传承与教育实践衔接不紧密;聚焦学校场景,课程碎片化、师资短缺,协同机制不完善;专业人才培养滞后,以及技术赋能与产业融合有待突破。立足我国食育既有成果与现存挑战,我国食育工作应围绕立法保障底线、文化厚植内涵、协同凝聚合力、技术提升效能发力,构建全方位、多层次、具有中国特色且行之有效的本土化食育体系。

3.1 加快专项立法,构建系统性食育推进框架

立法保障是食物教育可持续发展的基石。日本通过法律和政策确保了食育在国家层面的系统性和连续性,确保食育国家战略的有效实施。美国虽立法分散,但多部法案为食物教育提供了法律基础。我国食物教育在相关领域已有一定的法律与政策积累,《基本医疗卫生与健康促进法》明确要求饮食教育纳入国民教育体系^[35],《反食品浪费法》推动节约粮食、树立正确饮食观念^[36],此外《学校卫生

工作条例》《学校食品安全与营养健康管理规定》《生命安全与健康教育进中小学课程教材指南》等系列文件,从学校卫生、食品安全、课程融入等维度为食物教育提供了具体指引,同时《“健康中国2030”规划纲要》《国民营养计划(2017—2030年)》等明确营养教育战略地位,部分地区进一步开展了探索^[37],但我国食物教育尚未形成专项立法的整合性框架,现有政策分散于不同领域,协同性和系统性仍有不足。因此,借鉴日美经验,特别是日本立法先行、顶层设计的经验,我国应加快专项立法,以法律形式明确食物教育的战略地位与实施框架,为食育的全面普及和深入发展提供刚性制度保障。具体而言,立法应重点涵盖:(一)明确食育定义和内涵,统一认识,强化其在健康素养提升、饮食行为改善和饮食文化传承中的基础作用;(二)设定国家食育发展目标和优先领域,指明方向,聚焦重点人群,突出食品安全、营养均衡等核心内容;(三)构建跨部门协同工作机制,明确各级政府、学校、家庭及社会的食育职责,强化责任落实;(四)建立食育财政投入和监管机制,以及完善食育评估与考核体系,保障实施效果。在专项立法基础上,出台实施细则;同时,鼓励各地试点,结合当地特色,制定地方性法规,将食育纳入公共服务评价,推动政策落地,形成上下联动的系统性的食育推进框架。

3.2 深化食育内涵,弘扬与传承中华饮食文化

食育不仅是健康教育,更是文化传承的载体,在文化基因延续中的价值已为国际经验所印证。日本和美国在食物教育内容和形式上各有侧重,但都体现了对文化因素的重视。日本食育体系深度融合传统饮食文化,培养国民对传统饮食文化的认同感。而美国也注重饮食文化多样性和包容性。当前中国的食物教育在课程设计和实践中更多聚焦于营养学和食品安全,对传统饮食文化的传承与创新虽有所涉及但重视程度和融入深度不足^[38],如北京、广州等部分地区小学开设“劳动教育”课程,融入传统饮食实践。因此,中国应突出食物教育文化传承的战略地位,将中华优秀传统文化融入食育全过程。一方面,深挖中华饮食文化精髓,如“药食同源”“食养”“节气饮食”等理念,作为食育的重要内容,增强民族文化自信,还可考虑将“八段锦”等传统养生方式,一并纳入国民公立教育体系;另一方面,创新文化传承形式,应当利用学校食物教育尚未开发的潜力^[37],开发具有中国特色的系统化食育教材、文化活动和体验项目,确保教育内容的科学性与实用性与多元化。如编撰融入“二十四节气”饮食文化的中小学食育读本,开展“寻味中

华”传统美食文化体验营等,让学生在学习健康知识的同时,感受中华饮食文化的魅力。

3.3 完善协同机制,凝聚“家校社”育人的合力

食育是一项系统工程,需要整合家庭、学校、社会各方力量。日本通过立法统筹家校社资源形成多主体参与立体网络;美国则为项目化运作,获得政企家校的支持,发挥家庭的辅助教育功能。我国教育部文件着重强调了学校、家庭、社会协同育人的重要性,为食物教育领域的协同发展提供了政策指引^[39];各地市陆续成立校园膳食监督家长委员会,增进家校沟通;公益组织主导的“食物银行”项目;外卖平台联动餐饮企业,为食物教育贡献力量。可见中国在食物教育方面已形成一定的社会协作基础,但“家校社”之间的协同合作仍存在碎片化、浅层化的问题,应构建“政府主导、学校核心、家庭基础、社会支持”多元协同食育生态。(一)学校层面应完善食育课程体系,夯实食育知识传授基础,开展特色食育活动,在劳动课设置“校园食育农场”等;(二)建立制度化家校共育制度,搭建常态化的家校沟通平台,及时反馈学生的饮食与健康状况,促进家校信息互通;(三)家庭层面,应加强家长食育指导,鼓励家庭开展亲子食育活动,强化家庭在食育中的实践参与;(四)在社会层面,应深挖产业链融合价值,鼓励食品企业与学校合作研发健康食品、开展公益项目等,社会组织推进社区食育讲堂、媒体打造“食育科普矩阵”,最终形成“家校社”食育资源的高效整合和协同发力的食育格局。

3.4 强化人才培养与技术赋能,提升食育专业化水平

专业人才是食育有效实施的关键保障。日本通过专业的食育机构提升了教师队伍的质量,美国则通过数字化平台将健康知识广泛传播。中国在食物教育体系构建上取得阶段性进展,2021年国务院印发《中国儿童发展纲要》,强调加强青少年食育,引导科学均衡饮食;2022年教育部将烹饪、营养知识纳入中小学劳动课程^[40]。然而,当前食物教育在师资力量和技术应用方面仍有提升空间。一方面,专业食育人才队伍不足,与当前食育发展需求不匹配,大部分相关课程由普通教师兼任,缺乏系统的培训^[41];另一方面,数字化技术在食物教育中的应用较少,难以满足现代教育模式的需求。中国应高度重视人才培养与技术赋能,双管齐下。一方面,在人才培养上,加强食育师资培训,将食育纳入师范教育体系,师范院校设食育相关专业,开展在职培训,鼓励多类专业人士参与,搭建在线实训平台用技术提升师资能力,构建多元化的食育人才队

伍。另一方面,技术赋能方面,应积极利用 AI 与大数据技术,开发数字化食育资源和平台、应用,建设国家食育资源库,开发可提供个性化饮食推荐、营养分析与建议的食育应用程序。此外,还应借助新媒体传播知识,推动食育向数智化全域教育转型,扩大食育的覆盖面和影响力。

4 结语

他山之石,可以攻玉。中国食育可借鉴日本通过立法保障和文化遗产,形成了系统化的食育体系,以及美国以公共卫生目标为导向,通过政策支持和项目化实施,注重预防性健康管理的经验。中国需在“健康中国 2030”框架下加快专项立法,强化体系构建;应立足本土国情和文化特色,将传统智慧融入现代教育体系,同时推进文化遗产与创新;构建“家校社”协同网络,借助数字化工具提升教育效能,未来,需以顶层设计为引领,文化遗产为纽带,多元协同为动力,人才支撑为保障,推动食物教育从知识普及转向行为养成,全面提升国民健康素养,为食育可持续发展提供中国方案。

参考文献

- [1] 王秀丽,李海燕.大食物时代食育的现实境遇与路径优化[J].中国食物与营养,2022:1-7.
WANG X L, LI H Y. The Realistic situation and path optimization of food education in the era of big food[J]. Food and Nutrition in China, 2022: 1-7.
- [2] 杨金字,李旭,赵名扬.日本《食育基本法》的理念、经验及启示[J].食品与机械,2022,38(12):162-168,198.
YANG J Y, LI X, ZHAO M Y. The concept, experience, and inspiration of the basic law of food and agriculture in Japan[J]. Food and Machinery, 2022, 38(12): 162-168, 198.
- [3] 侯鹏,王灵恩,刘晓洁,等.国内外食育研究的理论与实践[J].资源科学,2018,40(12):2369-2381.
HOU P, WANG L E, LIU X J, et al. Theory and practice on food education research at home and abroad[J]. Resources Science, 2018, 40(12): 2369-2381.
- [4] 程景民,郑思思.日本《食育基本法》对我国的启示[J].中国食物与营养,2016,22(6):5-7.
CHENG J M, ZHENG S S. Enlightenment of Japan's basic law of food education to China[J]. Food and Nutrition in China, 2016, 22(6): 5-7.
- [5] 罗艺,蒋丹,许波.中外食育对比分析及对生物学教学中融入食育的启示[J].生物学教学,2021,46(11):11-14.
LUO Y, JIANG D, XU B. Comparative analysis of Chinese and foreign food education and its enlightenment on integrating food education into biology teaching[J]. Biology Teaching, 2021, 46(11): 11-14.
- [6] 苏俞真,肖汉杰,朱强,等.日本食育政策推进的多重目标与多元主体角色分工[J].食品与机械,2022,38(12):176-180.
SU Y Z, XIAO H J, ZHU Q, et al. Multi-objective and multi-subject role division in Japan's food education policy[J]. Food and Machinery, 2022, 38(12): 176-180.
- [7] 殷逢燕,杨思帆.日本《食育基本法》述评及其对我国中小学开展食育的启示[J].世界教育信息,2018,31(7):68-71.
YIN F Y, YANG S F. Review of the basic law of food education in Japan and its enlightenment to the development of food education in primary and middle schools in China[J]. World Education Information, 2018, 31(7): 68-71.
- [8] 施桂红,冯江英.日本幼儿食育的发展历程、实施特点和经验启示[J].食品与机械,2022,38(12):169-175.
SHI G H, FENG J Y. The development process, implementation characteristics and experience enlightenment of infant food education in Japan[J]. Food and Machinery, 2022, 38(12): 169-175.
- [9] 李惠惠.日本食育对中国食育的启示[D].太原:山西师范大学,2015.
LI H H. 日本の食育からの示唆[D]. Taiyuan: Shanxi Normal University, 2015.
- [10] 孙梦莹.日本:重视食育从家庭做起[J].人民教育,2022(22):70-71.
SUN M Y. Japan: Emphasizing food education starting from the family[J]. People's Education, 2022(22): 70-71.
- [11] 谭建川.从“以食育人”到“以食立国”:日本《食育推进基本计划》解读[J].日本问题研究,2024,38(2):35-43.
TAN J C. From “educating people with food” to “building a nation on food”: an interpretation of *The Basic Plan for Promotion of Shokuiku of Japan*[J]. Japan Problem Studies, 2024, 38(2): 35-43.
- [12] World Health Organization. World health statistics 2024: Monitoring health for the SDGs[Z]. Geneva: World Health Organization, 2024.
- [13] QuickStats: Life expectancy at birth, by sex —United States, 2019—2022[J]. MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report, 2024, 73(13): 293.
- [14] 马金霞,刘承原.美国1853—2010年学校供餐计划的历史考察[J].中国学校卫生,2023,44(2):173-175.
MA J X, LIU C Y. School feeding programs in the United States during 1853—2010[J]. Chinese School Hygiene, 2023, 44(2): 173-175.
- [15] 徐富海,姚建平.美国儿童福利制度发展历程、特点与启示[J].治理研究,2021,37(3):36-48.
XU F H, YAO J P. The development, characteristics and implications of the child welfare system in the United States[J]. Governance Studies, 2021, 37(3): 36-48.
- [16] 徐颖,杨媿媿,张倩.国内外学生营养健康教育概况分析与启示[J].中国食物与营养,2022,28(6):12-16.
XU Y, YANG T T, ZHANG Q. Overview of nutrition and health education for students in domestic and overseas[J]. Food and Nutrition in China, 2022, 28(6): 12-16.
- [17] 卢昱嘉,王萍萍,代瑞熙.美日食物营养的政策演变[J].世界农业,2017(4):113-119.
LU Y J, WANG P P, DAI R X. Policy evolution of food nutrition in the United States and Japan[J]. World Agriculture, 2017(4): 113-119.

- [18] 王秀丽, 刘润雅, 李中慧, 等. 美国膳食指南的发展传播对中国食物消费引导的启示[J]. 世界农业. 2020(4): 85-92.
WANG X L, LIU R Y, LI Z H, et al. Implications of the development and dissemination of the dietary guidelines for Americans for guiding food consumption in China [J]. World Agriculture, 2020(4): 85-92.
- [19] 中共中央 国务院. 中共中央 国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》[A]. 2016-10-25.
The State Council and the Central Committee of the Communist Party of China. The Central Committee of the Communist Party of China and the State Council issued the “Healthy China 2030” Planning Outline[A]. October 25, 2016.
- [20] 梁栋, 边福元, 方海琴, 等. 国外营养立法对我国的启示与借鉴[J]. 中国食品卫生杂志. 2024, 36(6): 639-645.
LIANG D, BIAN F Y, FANG H Q, et al. Inspiration and references from foreign nutrition legislation for China [J]. Chinese Journal of Food Hygiene. 2024, 36(6): 639-645.
- [21] 丁诺舟, 张敏. 从塑造人格到助推经济的全方位教育理念——日本“食育”思想的历史与现状[J]. 外国中小学教育. 2016(9): 28-35.
DING N Z, ZHANG M. From building the world view to boosting the economic development: on the history and the current situation of the Japanese ‘Shokuiku’ [J]. Foreign Primary and Secondary Education, 2016(9): 28-35.
- [22] 程书波, 管晓慧. 多元主体视角下食育建设的现实意义及路径研究[J]. 社会科学前沿. 2021(5): 1313-1318.
CHENG S B, GUAN X H. Research on the realistic significance and path of food education construction from the perspective of multiple subjects [J]. Advances in Social Sciences, 2021(5): 1313-1318.
- [23] 施超. 饮食、文化与国族认同: 社会史视角下日本料理的形成与变迁[J]. 日本问题研究. 2022, 36(1): 69-80.
SHI C. Diet, Culture and national identity: the formation and change of Japanese Cuisine from the perspective of social history [J]. Japan Problem Studies, 2022, 36(1): 69-80.
- [24] KUWAHARA M, EUM W. Effects of childhood nutrition education from school and family on eating habits of Japanese adults [J]. Nutrients. 2022, 14(12): 2517.
- [25] 刘晓洁, 管晓慧, 程书波. 日本食育发展历程、体系构成研究及对中国构建食育长效机制的启示与思考[J]. 中国食物与营养. 2021, 27(6): 5-11.
LIU X J, GUAN X H, CHENG S B. Development process and system structure of Japanese food education and inspiration and reflection on China’s establishment of a long-term mechanism for food education [J]. Food and Nutrition in China, 2021, 27(6): 5-11.
- [26] 苏佳. 日本食育理论体系与实践经验对中国推行食育行动的启示[J]. 食品与机械. 2021, 37(10): 171-175.
SU J. Theoretical systems and practical experiences of Japanese food education and their enlightenments for relative implementation in China [J]. Food and Machinery, 2021, 37(10): 171-175.
- [27] 陈露茜, 杨燕. 美国公共学校午餐计划研究(1853—1946年)[J]. 教育科学研究. 2021(2): 5-12.
CHEN L Q, YANG Y. On the free lunch program in American public school [J]. Educational Science Research, 2021(2): 5-12.
- [28] 张怡玮. 美国学校午餐计划的发展历程、现状及启示[J]. 北京青年研究. 2018, 27(4): 104-110.
ZHANG Y W. The National school lunch program in the United States: history, current conditions, and implications [J]. Beijing Youth Research, 2018, 27(4): 104-110.
- [29] 高洁, 齐建光. 2017年美国预防服务工作组《儿童及青少年肥胖筛查建议》解读[J]. 中国全科医学. 2017, 20(26): 3195-3198.
GAO J, QI J G. Interpretation of screening for obesity in children and adolescents of US preventive services task force recommendation statement 2017 [J]. Chinese General Practice, 2017, 20(26): 3195-3198.
- [30] 朱强, 李丰, 王金秋. 美日小学食育内容的比较研究[J]. 外国中小学教育. 2019(2): 21-26.
ZHU Q, LI F, WANG J Q. A comparative study on the contents of food education in primary schools in the United States and Japan [J]. Foreign Primary and Secondary Education, 2019(2): 21-26.
- [31] 吕和武. 美国对青少年肥胖的干预及其启示[J]. 体育文化导刊. 2014(4): 67-70.
LYU H W. Intervention in adolescent obesity in the United States and its enlightenment [J]. Sports Culture Guide, 2014(4): 67-70.
- [32] FLEISCHHACKER S E, WOTEKI C E, COATES P M, et al. Strengthening national nutrition research: rationale and options for a new coordinated federal research effort and authority [J]. The American Journal of Clinical Nutrition. 2020, 112(3): 721-769.
- [33] 姚林, 康翠萍. 校农协作: 美国学生成长的教育空间探索及其实践路径[J]. 比较教育研究. 2022, 44(5): 96-103.
YAO L, KANG C P. Farm to school: educational space exploration and practical approaches to student development in the United States [J]. International and Comparative Education, 2022, 44(5): 96-103.
- [34] Physicians Committee For Responsible Medicine. Prioritizing Plant-Based Protein in the Scientific Report of the 2025—2030 Dietary Guidelines for Americans Committee is a Step Forward, Doctors Say [Z]. 2024.
- [35] 全国人民代表大会常务委员会. 中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法 [A]. 2019-12-28.
Standing Committee of the National People’s Congress. Law of the People’s Republic of China on Basic Medical and Health Care and the Promotion of Health [A]. 2019-12-28.
- [36] 全国人民代表大会常务委员会. 中华人民共和国反食品浪费法 [A]. 2021-04-29.
Standing Committee of the National People’s Congress. Law of the People’s Republic of China on Food Waste [A]. 2021-04-29.
- [37] 薛琨, 郭红卫. 《上海市中小学校学生营养午餐指南》解读 [J]. 环境与职业医学. 2021, 38(9): 1010-1014.
XUE K, GUO H W. Interpretation of *Guidelines of School Nutritional Lunch in Shanghai* [J]. Journal of Environmental and Occupational Medicine, 2021, 38(9): 1010-1014.
- [38] 李晓燕. 中国传统饮食文化融入食育路径研究[J]. 食品与机械. 2021, 37(10): 181-184, 207.
LI X Y. Research on the path of Chinese traditional food culture integrating dietetic education [J]. Food and Machinery, 2021, 37

- (10): 181-184, 207.
- [39] BJØRKKJÆR T, PALOJOKI P, BEINERT C. Harnessing the untapped potential of food education in schools: Nurturing the school subject Food and Health[J]. Maternal & Child Nutrition. 2024, 20(S2): e13521.
- [40] 中华人民共和国教育部. 教育部等十三部门关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见[EB/OL](2023-01-19). http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/202301/t20230119_1039746.html. Ministry of Education of the People's Republic of China. Opinions of Thirteen Departments including the Ministry of Education on Improving the Mechanism of School-Family-Community operative Education[EB/OL](2023-01-19). http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/202301/t20230119_1039746.html.
- [41] 陈济丽, 朱丽燕, 于洁, 等. 日本营养教师制度对中国推进学校营养及健康教育的启示[J]. 中国学校卫生. 2023, 44(11): 1610-1613.
- CHEN J L, ZHU L Y, YU J, et al. The edification of Japanese nutrition health educators' degree system on the promotion of nutrition and health education in schools in China[J]. Chinese Journal of School Health, 2023, 44(11): 1610-1613.

《中国食品卫生杂志》2025 年征稿征订启事

《中国食品卫生杂志》创刊于 1989 年,由中华人民共和国国家卫生健康委员会主管,中华预防医学会、中国卫生信息与健康医疗大数据学会共同主办,刊号:ISSN 1004-8456/CN 11-3156/R,邮发代号:82-450,月刊,国内公开发行。本刊是 2008、2011、2017、2020、2023 版中文核心期刊,中国科学引文数据库核心刊(C 刊),中国科技核心期刊,中国精品科技期刊。中国知网(CNKI)全文收录。2023 年版影响因子 1.862,在预防医学领域影响力指数排名第 17(17/84)。曾连续多年获得中华预防医学会优秀期刊一等奖。

刊登范围:食品卫生领域的科研方法及成果,检验检测技术(包括化学分析技术、微生物检验技术、毒理学方法),有毒有害物质的监测、评估、标准的研究,监督管理措施及方法,应用营养等。

主要栏目:专家述评、论著、研究报告、实验技术与方法、监督管理、调查研究、食品安全标准及监督管理、风险监测、风险评估、应用营养、食源性疾病、综述及国际标准动态。

刊发周期:审稿通过后一般在 2 个月左右刊出。对具有创新性的优秀论文开通绿色通道,加急审稿、优先发表。

欢迎投稿 欢迎订阅

投稿网址:<http://www.zgspws.com>

订 阅:2025 年《中国食品卫生杂志》。每期定价 40 元,全年 480 元。

订阅方式可以通过以下:

1、杂志官方网站订阅(详情见官网 www.zgspws.com、可咨询购买过刊)。

2、通过邮局订阅,邮发代号 82-450。

3、通过杂志淘宝店,微信公众号线上购买(详情请扫描以下二维码关注)。

地 址:北京市朝阳区广渠路 37 号院 2 号楼 802 室

《中国食品卫生杂志》编辑部

电 话:010-52165596 邮政编码:100021 E-mail:spws462@163.com



杂志公众号



杂志淘宝店



杂志微店