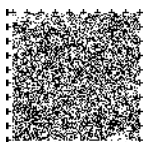


青梅市食育推進計画

平成 22 年 3 月

青 梅 市



ごあいさつ



「食」は、生活を営むうえでの基本であり、生きる力を生み出す源であります。しかし、近年、朝食を食べない子どもの増加、不規則な食事や偏食等の食生活の乱れや変化が多くみられます。そのため、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むための食育を推進することが重要な課題となっています。

このような状況の中、国では「食育基本法」を制定するとともに食育推進基本計画を策定し、東京都においては東京都食育推進基本計画を策定しました。本市においても、関係団体の代表および公募の市民の方々からなる「青梅市食育推進計画策定懇談会」を設置し、委員の皆様の協力を得て、青梅市における食育を推進するための指針として、「青梅市食育推進計画」を策定いたしました。

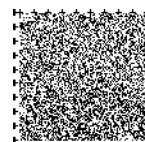
本計画では、「食を通して地域の人の輪が広がる 元気で楽しい健康づくり」を基本理念とし、家庭において健康的な食生活を実践できる力を身につける食育の推進はもとより、地域に根ざした食育を推進することにより、地域が一体となった取組を進めます。

今後、本計画を推進し実行するためには、家庭、事業者、市民団体、地域の皆様、そして行政との協働が必要です。市民の皆様におかれましても、食育の推進への御理解、御協力をお願いいたします。

最後に、この計画の策定にあたり、御尽力いただきました策定懇談会委員の皆様をはじめ、市民意識調査やパブリックコメントに御意見をお寄せいただきました、市民ならびに関係者の皆様に心より御礼申し上げます。

平成22年3月

青梅市長 竹内 俊夫



目 次

第1章 はじめに

1. 計画策定の趣旨	3
2. 計画の位置付け	4
3. 他の計画との関係	4
4. 計画の期間	5
5. 食育のネットワーク	6

第2章 青梅市の食をめぐる現状と課題

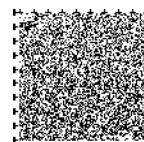
1. 食生活と健康	9
2. 食を取り巻く環境	11
3. 食に関する情報	14
4. 学校等の食	15
5. 食文化の継承	15
6. 食の体験	16

第3章 食育の基本方針

1. 基本理念	21
2. 基本的な目標	22
目標1 規則正しい食習慣と生活リズムを身につける	22
目標2 食育を通して子どもの健やかな発育を促す	22
目標3 食の安全・安心への理解を深め、支援に努める	23
目標4 地域の伝統的な食文化の継承に努める	23
目標5 地場農産物を通して地域のつながりを広める	24
目標6 楽しく食べる環境づくりに努める	24

第4章 食育の施策展開

I. 食による心身の健康づくり	27
1. 妊娠期・乳幼児期の食育	28
(1) 妊娠期	28
(2) 乳幼児期（0～5歳）	30
2. 学齢期の食育	32
(1) 小・中学生（6～15歳）	32
3. 成人期の食育	35
(1) 思春期・青年期（16～24歳）	35
(2) 壮年期（25～39歳）	38
(3) 中年期（40～64歳）	40
(4) 高齢期（65歳以上）	42



Ⅱ. 青梅の食でつくる 魅力ある地域づくり	45
1. 地産地消の推進と食文化の継承	46
(1) 地産地消運動の推進	47
(2) 協力店の認定制度の検討	47
(3) 学校給食における地場農産物の活用	47
(4) 栄養バランスの取れた食生活の普及	48
(5) 食文化の掘り起こしと継承	48
2. 市民農園等の整備	49
(1) 市民農園の整備	49
(2) 教育ファーム活動の推進	49
3. 食の安全と環境への配慮	50
(1) 食の安全に関する理解の促進	50
(2) 環境保全型農業の推進	50
(3) 環境への配慮	51
4. 市民による食育の推進	52
(1) 地域の食育活動の推進	52
(2) 食育推進ボランティアの育成	52

第5章 食育の推進にあたって

1. 推進体制	55
2. 家庭、地域等に期待される役割	56
(1) 家庭の役割	56
(2) 保育所・幼稚園の役割	56
(3) 学校の役割	56
(4) 生産者・事業者の役割	57
(5) 地域の役割	57

資料編

資料1 青梅市食育推進計画策定懇談会設置要綱	61
資料2 青梅市食育推進計画策定懇談会委員名簿	63
資料3 青梅市食育推進計画策定懇談会検討経過	64
資料4 青梅市食育推進計画調査検討会設置要綱	65
資料5 青梅市食育推進計画調査検討会委員名簿	67
資料6 青梅市食育推進計画調査検討部会委員名簿	68
資料7 食生活と食育に関する市民意識調査〈概要〉	69
資料8 パブリックコメントについて	97
資料9 食育基本法（平成17年法律第63号）	106

