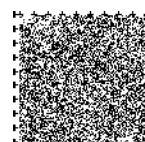


第3章 食育の基本方針



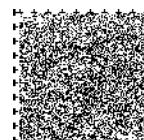
1

基本理念

食育の取組を通して市民が心身ともに健やかに育ち、食の安全・安心を確保するとともに、地域の人々の輪が広がる、元気で楽しいまちづくりの原動力となるよう進めます。

食を通して地域の人々の輪が広がる

元気で楽しい 健康づくり



2

基本的な目標

ここでは、食育を推進していく上で一定の方向性を示す6つの目標を掲げます。

目標1 規則正しい食習慣と生活リズムを身につける

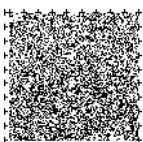
本人に見合った栄養バランスの取れた食事を取ること、1日3食きちんと食べること、十分な睡眠を取ることなど、規則正しい食習慣と生活リズムが身につくよう努めます。

項 目	現 状 値	目 標 値
朝食を欠食する市民の割合 「ほとんど食べない」	9.3 %	5 %以下
食事バランスガイドを参考にしている割合 「参考にしている」	25.6 %	50 %以上

目標2 食育を通して子どもの健やかな発育を促す

子どものころに正しい食習慣と生活リズムを身につけることが重要であることから、家庭への積極的な働き掛けや支援に力を入れるとともに、保育園・幼稚園、学校における成長に応じた食の体験を積み重ねることで、子どもの健やかな発育を促すよう努めます。また、食べる機能の発達に応じた、よくかみ・味わえる食べ方が身につくよう指導します。

項 目	現 状 値	目 標 値
食育という言葉の意味を知っている割合 「言葉の意味を知っている」	48.1 %	80 %以上
食育への関心割合 「関心がある」	69.4 %	80 %以上



目標3 食の安全・安心への理解を深め、支援に努める

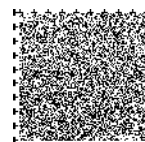
食の安全・安心への関心が高まっている中、様々な食品について、市民一人ひとりが正しい情報を適切に選別し活用する力を養うよう努めます。

項 目	現 状 値	目 標 値
外食や食品購入時の栄養表示の参考 「よく参考にしている」＋「ときどき参考にしている」	52.9 %	80 %以上
食生活を健全で豊かなものにするために、したいことの割合 「食品の表示をよく確認して購入」	39.6 %	60 %以上

目標4 地域の伝統的な食文化の継承に努める

地域の行事食・伝統料理は、地域の産物を使って独自の料理法で作られ食べ継がれてきたものであり、「食」を通して地域文化の大切さを伝え、郷土を愛する心をはぐくんでいきます。

項 目	現 状 値	目 標 値
季節ごとの行事食を食べる習慣 「市民の5割以上が食べる行事食の種類」	4種類	5種類以上



目標5 地場農産物を通して地域のつながりを広める

地場農産物を学校給食に使用したり、直売所を通して、農業生産者の顔が見え、話ができる関係に結び付け、より一層お互いの理解が深められるよう努めます。

項 目	現 状 値	目 標 値
地元の産物とわかる商品であれば購入したい割合 「多少割高でも購入したい」＋「同じくらいの 価格であれば購入したい」	83.0 %	90%以上

目標6 楽しく食べる環境づくりに努める

楽しく料理したり、農産物の生産を体験することにより、見て、触れて、五感を使いながら食への関心と理解を深めます。また、地域においては友だちと、家庭においてはなるべく家族そろって楽しく食事ができるように取り組みます。さらに、生涯自分の歯でおいしく食べられるように支援します。

項 目	現 状 値	目 標 値
家族との食事の頻度 「ほとんど毎日」＋「週4～5日」	朝食 59.8 % 夕食 78.5 %	70 %以上 90 %以上
家族との食事が楽しいと感じる人の割合 「非常に楽しい」	43.6 %	50 %以上

