

第 3 章

計画の基本方針

第3章 計画の基本方針

1 計画の基本理念

本市では、これまでの取り組みの成果や、目標値などの達成状況を考慮し、前計画の理念を継承し、子どもも大人も自ら生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむための食育に関する取り組みが実践できるよう、計画を推進していきます。

**食を通して、市民一人ひとりが生涯にわたって
健やかで 心豊かに 楽しく 生活できるまちづくり**

2 計画の基本目標

基本理念を達成するため、次の5つの基本目標を設定します。

■目標1 市民一人ひとりが主体的に実践する

食を大切にすることは、私たち自身の健康の維持や子どもたちの健全な育成のために大変重要なことです。このため、行政、関係機関、団体などが連携した環境の中、市民一人ひとりが、食に関するさまざまな課題を“自ら”の、あるいは“地域”の課題として捉え、できるところから実践していく主体的な取り組みを目指します。

■目標2 食で健康な体をつくる

生涯にわたって、健康な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむため。食育を推進することは重要です。このため、子どもから成人、高齢期に至るまで、ライフステージに応じた間断ない食育を推進し、自分で「食」を選ぶ力を身につけるなど、食で健康な体をつくることを目指します。

■目標3 食で豊かな心を育む

私たちは食べ物の命をいただくことにより生かされているということを、あらためて認識するとともに、食の生産・流通・調理などに携わる人々の苦勞や自然の恵みに対する感謝の気持ちを^{かんよう}はぐくむ必要があります。このような食を大切にする気持ちを^{かんよう}涵養し、「いただきます」「ごちそうさまでした」が自然に言えるような、食で豊かな心をはぐくむことを目指します。

■目標 4 食を楽しむ

食事の基本は楽しく食べることから始まります。家族や仲間と笑顔で楽しく食卓を囲むことは、食育の原点です。

また、“旬”の食材や行事食を楽しむことを通して、日本の豊かな風土や四季の恵みを体感することができると考えます。

“楽しみ”がそこにあるから、人は行動をおこし、その行動が継続し、さらに広がりをみせるものと考えます。

食育も、まず“食を楽しむ”ことを根底に置きながら推進していくことを目指します。

■目標 5 地元産の食材等に関心を持ち、食する

いわき市内の各地域には、さまざまな農林畜産物や水産物があります。また、地域に長年伝えられてきた郷土料理や行事食は、地域の“宝”であり、自らが生活する地域への愛着にもつながる大切なものです。こうした地元産の食材等に関心を持ち、日々の食生活の中に取り入れていくことを目指します。

3 計画の基本的な取り組み

計画の基本理念・基本目標を達成するため、家庭、学校・幼稚園・保育所（園）、地域と行政がそれぞれの分野で、相互に支援しあい、連携して次のとおり5つの柱に整理し、具体的な取組みを展開していきます。

基本的な取り組み

- 1 家庭における食育の推進
- 2 学校・保育所等における食育の推進
- 3 地域における食育の推進
- 4 農林水産業とのふれあい、地産地消の推進や食文化の継承と振興
- 5 食の安全・安心の理解と推進、環境との共生

また、食育は市民の主体的な行動なくしては成果を挙げることはできません。そのため、この計画では、日ごろの生活で、市民の方が意識できることや、実行しやすい事例を、「市民一人ひとりが取り組みましょう」として提案しています。

取り組みのイメージ図



家 庭

- ・望ましい食習慣の習得
- ・食べる楽しさを知る
- ・食の大切さについて理解を深める

保育所・幼稚園

- ・給食やお弁当を通じ、乳幼児期からの、乳幼児期からの望ましい食習慣を習得するための発達段階に応じた取り組み
- ・食べ物への関心を深める体験等を実施

店舗・商業施設

飲食店 販売店

- ・栄養成分の表示
- ・健康に配慮した商品や、メニューの提供
- ・健康に関する情報の普及啓発

学 校

- ・給食や学習時間を通じ、児童生徒の望ましい食習慣を習得するための取り組みを行う
- ・食育プロジェクトの推進

それぞれの役割

食を通じて、市民一人ひとりが生涯にわたって健やかで
こころ豊かに 楽しく 生活
できるまちづくりのために

行 政

- ・食育に関する事業の展開
- ・食育に関する情報提供
- ・食品の安全安心の確保、知識の普及、環境との共生
- ・関係機関と連携した食育の推進

保健・医療・介護・福祉関係

- ・健康づくりや、生活習慣病予防のための栄養・運動指導



事業所

- ・社員食堂における従業員への健康支援
- ・ヘルシーメニューの提供

地 域

- ・自治会、町内会、食に関するボランティア団体、職場など一人ひとりが食育に関心を持ち、さまざまな取り組みを行う

生産者

- ・安全な食品、食品の提供
- ・体験の場の提供



イラスト

4 ライフステージにおける取組み

それぞれの食習慣は、生涯にわたってつくられていきます。そのため、各ライフステージに応じた食育への取組みが重要になってきます。

本計画では、次の5つのライフステージごとに、それぞれのライフステージに応じた間断ない食育を推進し、食育を推進するための取組みを整理します。

食育推進計画		特 徴
乳幼児期	0 歳～就学前	楽しみながら 食の基礎づくり
学童・思春期	小学校入学～18 歳	楽しみながら 食の大切さを学び、 望ましい食習慣を身に付ける
青年期	19 歳～39 歳	楽しみながら 健康的な食生活を実践する
壮年期	40 歳～64 歳	楽しみながら 健康の維持・増進を図る
高齢期	65 歳～	楽しみながら 食を通じた豊かな生活を実現し、次世代へ伝える

