



第3章

計画の目指す姿と方針

1 計画の目指す姿

「食」は私たちが生きていくために欠かせない、最も重要なものです。しかし、「食」を取り巻く環境は、社会情勢やライフスタイル、または個人の嗜好など、時代の流れのなかで大きく変化し、私たちの健康や暮らし、さらには社会経済活動にも様々な影響を及ぼしています。

こうしたことから、望ましい食生活を実践し、生涯にわたって健康でいきいきと暮らすことができるよう、食に関する知識を深め、食を選択する力を高めるための食育への期待が高まっています。

特に、家庭における食育は「食育の原点」であることから、これまで子どもたちへの食育の推進を重点的に推進してきました。子どもの食育についてはある程度定着してきており、今後は、子どもの食育を引き続き推進するとともに、生涯にわたって広く食育を展開していくことが求められます。

そこで、本市では、「日野市みんなですすめる食育条例」の基本理念を踏まえて、市民一人ひとりが生涯にわたっていきいきと暮らせるよう「食育」を生涯にわたるテーマとし、食を通じた豊かな心の育成、健全な食生活の知識の習得と実践、食材などに向き合う意識の醸成、食育を推進する仕組みの整備の4つの目標を掲げ、家庭や地域、学校、事業者などのあらゆるところで「食育」の実践を進めるため、「生涯にわたって健全な食生活を実践できるひのっ子・日野人を育む」を目指す姿と定めます。

目指す姿(目的)

**生涯にわたって健全な食生活を
実践できるひのっ子・日野人を育む**



2 基本目標

基本目標 1 食を通じた豊かな心の育成 ●●●●●●●●●●

現代では、ライフスタイルが多様化したことで、家庭での食事の風景も変わっています。また、単身世帯の増加により、孤食の問題も浮き彫りになっています。それぞれのライフステージに応じた課題に対応し、子どもから成人、高齢者に至るまで、すべてのライフステージにおいて食育を推進します。

また、家族や友人と食事をとることは、豊かな心を育むことにつながります。食を通じたコミュニケーションを図る施策を推進するとともに、交流を通じて、日本の食文化や料理などを伝えます。

基本目標 2 健全な食生活の知識の習得と実践 ●●●●●●●●

医食同源という言葉があるように、食べることは健康に生きることにつながります。バランスのとれた食事を適量とることは、健康な生活を維持するために不可欠です。

現代は飽食の時代と言われ、食料は豊かになっています。また、食に関する情報もあふれています。しかし、バランスのとれた食事を実践できていない人も多くいます。

栄養バランスの取れた健全な食生活を実践するために必要な知識の普及を図り、食からの健康づくりを推進します。

特に、不足しがちな野菜を無理なく摂取できる働きかけを進めます。

基本目標 3 食材などに向き合う意識の醸成 ●●●●●●●●

日常生活では食品を購入するだけで、多くの市民は生産や加工の現場を知りません。そのため、食が自然の恵みであること、多くの人がかかわって食品ができていることを忘れがちです。食に対する感謝の気持ちを育てられるよう、体験活動の充実を図ります。

また、資源の本来の価値を大切にす「もったいない」の心を持って、食べ残しや食品の廃棄を減らすといった環境に配慮した取り組みを推進します。



基本目標 4 食育を推進する仕組みの整備 ●●●●●●●●

情報化が進んだ現代社会では、食に関する情報も社会に氾濫しています。市民が、健全な食生活を実現できるよう、食に関わる様々な知識の周知や、市民が求めている食育に関する情報が取得しやすい情報環境の整備を進めます。

また、すべての人が食育を実践できるよう、地域の団体や事業者と連携をすすめ、食育の輪を広げることですべての人に食育が行き届くよう努めます。

3 重点施策

これまで推進してきた取り組みやアンケート結果などを踏まえ、今後5年間で重点的に取り組む施策として「野菜の摂取の推進」「食育に関する情報発信の充実」を位置づけ、積極的に推進していきます。

(1) 野菜の摂取の推進 ●●●●●●●●●●●●●●●●

健全な食生活を実践していくうえで、1日に十分な野菜を摂れていない市民が多いなか、野菜の摂取を推進していくことが重要です。

「ベジ活^{サンゴーマル}350 両手山盛り いっぱいを習慣に

— 1日350gの野菜を食べよう—

をキャッチフレーズに、市民に広く周知を図るとともに、野菜の摂取を推進するさまざまな取り組みを進めていきます。

(2) 食育に関する情報発信の充実 ●●●●●●●●●●●●●●●●

食育をすすめるには、前提として市民一人ひとりが食に関する正しい知識を持つことが大切です。また、市民みんなで食育を推進していくため、市や地域で行っている食に関する取り組みをより多くの市民に知ってもらうことも必要です。

市民一人ひとりが食に関心をもち、正しい知識を得られるよう、食育に関する情報環境の整備を充実していきます。



4 計画の体系

