

# 第3次 阿久比町食育推進計画

概要版



## 基本理念 食で育む健やかな心とからだ ～家庭から、地域へ広げ、つなげる食育～

### 計画策定の趣旨

- 今日では、栄養の偏りや不規則な食習慣を要因とする生活習慣病の増大、郷土料理などの食文化に接する機会の減少や食品ロスなど、食にかかる様々な問題が懸念されています。
- 町民一人一人が食に関する意識を高め、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育むため、食育を全町的に推進していくことが大切です。
- 家庭、保育園・幼稚園、学校、地域や関係団体、農業、食品関連事業者、行政など、幅広い分野の関係者が連携して、食育を推進するため、本計画を策定します。

### 計画の性格

- 本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画として位置づけられます。上位計画にあたる「第6次阿久比町総合計画」や関連計画との整合を図ります。

### 計画の期間

- 本計画の期間は、令和4年度から令和13年度までの10年間とし、計画期間中に状況の変化などが生じた場合には、必要に応じて見直すこととします。

基本理念	基本目標	乳幼児期（0～5歳）	青少年期（6～22歳）
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">食で育む健やかな心とからだ く家庭から、地域へ広げ、つなげる食育く</p>	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">健康な体をつくる 食を通じて</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○好き嫌いをしないで食べられるようにしましょう。</li> <li>○早寝早起きや睡眠等の基本的な生活リズム、基本的食習慣を身につけましょう。</li> <li>○いろいろな食べ物を味わい、味覚を育てましょう。</li> <li>○よく噛んで食事をする習慣を身につけましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○朝食を始めとする規則正しい食習慣の重要性を理解し、毎日実践しましょう。</li> <li>○栄養と食品の正しい知識に基づいて自ら判断できる能力を身につけましょう。</li> <li>○生活習慣病に関する知識を持ちましょう。</li> </ul>
	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">豊かな心を育む 食を通じて</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族や友達と一緒に食事をする楽しさを味わいましょう。</li> <li>○簡単な調理や片づけの手伝いをしましょう。</li> <li>○様々な料理を口にし、食に興味を持ちましょう。</li> <li>○季節や行事にちなんだ料理を楽しみましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族や友達と一緒に食事を楽しみながら、マナーや思いやりの大切さを実感しましょう。</li> <li>○食事マナーを身につけましょう。</li> <li>○季節や行事にちなんだ料理や地域独自の食文化、旬の食材を知り、関心を持ちましょう。</li> </ul>
	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">暮らしを築く 環境に優しい 食を通じて</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品の種類を少しずつ覚えていきましょう。</li> <li>○保護者は、適切な食事の量を与えるようにしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品の製造過程やごみが社会に及ぼす影響などを学習しましょう。</li> <li>○地域の農林水産物を知り、親しみを持ちましょう。</li> </ul>
	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">食育を支える</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食に興味を持ちましょう。</li> <li>○家庭において、家族間を中心とした食育に取り組みましょう。</li> </ul>	

成年・壮年期（23～64歳）	高齢期（65歳～）
<ul style="list-style-type: none"> <li>○朝食を始めとする規則正しい食習慣を維持するとともに、子どもにも規則正しい食習慣が身につくよう環境を整えましょう。</li> <li>○生活習慣病や痩身等への知識を持ち、食事の自己管理をしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康状態に合わせた適切な食事内容を理解し、実践しましょう。</li> <li>○3食の食事をきちんととり、低栄養にならないように心がけましょう。</li> <li>○規則正しい生活習慣を続け、適度な運動を心がけましょう。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○仕事と生活の両立を意識し、家族や友人と食を楽しむゆとりを持ちましょう。</li> <li>○地元の食材や旬の食材を使って料理をしましょう。</li> <li>○食材や料理を作ってくれた人への感謝を忘れないようにしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族や友人と食を楽しむ機会を増やしましょう。</li> <li>○食を通じて、異年齢との交流に努めましょう。</li> <li>○家庭の味や郷土料理・行事食を次の世代へ伝えましょう。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○「もったいない」の精神を忘れず、生ごみの削減に取り組みましょう。</li> <li>○地域の農林水産物を、積極的に利用しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「もったいない」の精神や、環境に優しい食生活の知恵を次の世代へ伝えましょう。</li> <li>○地域の農林水産物を使った料理を次の世代へ伝えましょう。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○食に関する情報を常に収集しましょう。</li> <li>○食に関わる活動に主体的に参加しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食に関わる体験を子どもや孫、地域の方々に積極的に伝えましょう。</li> </ul>



かぼちゃはかせになろう

朝ごはんを食べる大切さを考えよう



新給食センター見学

## 数値目標

※現状値は、令和2年度「食育」に関するアンケート調査より

※1 アンケート調査項目、朝食の摂取状況の「ほとんど食べない」を集計

※2 アンケート調査項目、地元産の農畜産物の購入の意識度の「いつも意識している」と「時々意識している」を集計

※3 アンケート調査項目、地産地消の認知度の「よく内容を知っている」と「だいたい内容を知っている」を集計

項目	現状値	目標値	備考
<b>1 食を通じて健康な体をつくる 「体」の視点</b>			
朝食の欠食割合	5.4%※1	4.0%	
肥満の割合 (現状値は令和元年度の数値)	小学生(男子) 7.9% (女子) 6.3% 中学生(男子) 8.8% (女子) 7.8%	小学生(男子) 7%以下 (女子) 5.5%以下 中学生(男子) 8%以下 (女子) 7%以下	
<b>2 食を通じて豊かな心を育む 「心」の視点</b>			
家族そろって夕食を週4日以上とる割合	65.4%	70%以上	
郷土食の認知度の割合	39.3%	50%以上	
<b>3 食を通じて環境に優しい暮らしを築く 「環境」の視点</b>			
食品ロス削減のための取り組みを行っている人の割合	27.9%	50%以上	
地元産の農畜産物の購入の意識の割合	47.5%※2	60%以上	
地産地消の認知度の割合	77.8%※3	80%以上	
<b>4 食育を支える 「支える」視点</b>			
食育に関心のある人の割合	61.0%	90%以上	

## 食育とは？



生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

第3次阿久比町食育推進計画 概要版(令和4年3月)

発行：阿久比町建設経済部産業観光課

〒470-2292 愛知県知多郡阿久比町大字卯坂字殿越 50

電話 0569-48-1111 (代) F A X 0569-48-0229

※計画書本編は、阿久比町ホームページ

(<http://www.town.agui.lg.jp/>) でご覧いただけます。