

## 第3章 計画の基本的考え方

### 3-1 食育の方針

# 「食でつながろう こまきの輪」



- ❑ 食は、みんなで食事をするときのわくわくとする楽しい気分やおいしい食べ物を口にしたときの幸福感を生み出し、生産者と消費者、料理を作る人と食べる人といった人と人とのつながりをつくるなど、人々の生活を豊かにするものです。
- ❑ 本計画では第1次計画の内容も踏まえ、子どもたちをはじめとするすべての市民が健全な食生活を送り、生涯を通じて心身ともに健康な状態でいられるように、市民をはじめとする様々な主体がそれぞれの取り組みを進め、ネットワークを形成し、食育を進める方針として「食でつながろう こまきの輪」を掲げます。
- ❑ 食にまつわる諸課題に対応するために、様々な主体との連携を深めながら、市民一人一人が食育についての関心を高め、具体的な取り組みを行うよう支援していきます。

### 3-2 基本目標

- ❑ 第1次計画では、計画の柱となる4つの「基本目標」を設定し、市民との協働のもと、食育推進に取り組んできました。
- ❑ 第2次計画を策定にするにあたり、アンケート調査結果をもとに、第1次計画で設定した目標指標を評価すると、目標を達成した項目もありますが、目標達成ができなかった項目も多くあります。
- ❑ 食を通じた「健康な身体」「豊かな心」「環境にやさしい生活」の実現と「食育活動の活発化、ネットワーク化」の4つの基本目標が達成されたとはいえない状況です。
- ❑ このため、第2次計画においても引き続きこの4つの基本目標を掲げ、食育を推進するためさらなる取り組みを行い、目標達成を目指していきます。
- ❑ 各基本目標の具体的な内容は以下のとおりです。

#### 基本目標1 食を通じて健やかな身体をつくろう

- ❑ 日々の食事は、健やかな身体を育むいのちのもととなるものです。1日3食を規則正しく食べること、栄養のバランスを考えて食事内容を考えること、よく噛んで食べること、食に関する正しい知識を持つことは食生活の基本とも言えます。
- ❑ ライフスタイルの変化や「食」に関する環境の変化によって、上記のような食生活の基本とも言えることが軽視されるようなこともあります。
- ❑ 「食」を大切にする意識の低下等の結果として引き起こされる生活習慣病や肥満・痩せといった問題は、日々の食事を見直し、食生活の乱れを改善することが重要になります。
- ❑ 「食」について、正しい知識を持ち、それに基づいた行動をとること、すなわち実践が非常に重要なのです。
- ❑ そこで「食を通じて健やかな身体をつくろう」を目標に、取り組みを行っていきます。

#### 基本目標2 食を通じて豊かな心を育てよう

- ❑ 家族や友人と会話を楽しみながら食事することは、「食」のおいしさや楽しさを高め、「食」にまつわる様々な人やものへの興味や関心を高めることにつながります。
- ❑ また、「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつの意味を理解し、動植物の命をいただくことへの感謝の念を持つことも健やかな心を育てることにつながっています。
- ❑ しかし、一方では家族がそろって食事をする機会の減少により、コミュニケーションの場としての食事が少なくなり、家族がバラバラに食事をする「孤食」、それぞれが異なるものを食べている「個食」等の状況も生じてきています。
- ❑ 食事はみんなで食べると楽しい、おいしいという体験を積み重ねて、一人一人が実感し、豊かな心と人間性を育むことが重要です。
- ❑ また、「食」に関する様々な体験は、食そのものやそれができる環境や条件等へ興味・関心を持つことにつながります。
- ❑ 地域の風土や食材を活かした郷土料理や行事食は、地域独自の文化であり、貴重な財産です。郷土料理や行事食のよさを理解し、継承していくための取り組みが必要です。
- ❑ そこで「食を通じて豊かな心を育てよう」を目標に、取り組みを行っていきます。

### 基本目標3 食を通じて環境にやさしい生活をしよう

- ❑ 地域でできたものを地域で消費する地産地消は、新鮮な食べ物を得ることができ、安全・安心の面でも、地元の農業を支援するという面からも、生産者、消費者どちらの立場にとってもよい取り組みです。
- ❑ また、地産地消は、日本各地や世界各国から運ばれてくる食材の輸送エネルギーを減らすという環境面からみても、積極的に推進することが重要です。
- ❑ 「食」における環境面での取り組みは、例えば、できるだけ残さを出さないように調理する、食べ残しをしない、生ゴミや廃油等をリサイクルする等、市民一人一人が日々の暮らしの中で心がけ、実践することが可能です。
- ❑ そこで「食を通じて環境にやさしい生活をしよう」を目標に、取り組みを行っていきます。

### 基本目標4 食育を広めよう

- ❑ 食育を進めていくために、「小牧市食育推進チーム」を設置し、様々な分野にわたる関係者・関係団体、行政が連携して様々な取り組みを進めてきました。
- ❑ さらに「こまき食育応援団（サポーター）」や食生活改善推進員等、様々な食育に関する市民主体の活動も活発になっています。
- ❑ 今後も、食育を通じてさらなる「こまきの輪」が広がるように、普及・啓発を始め、地域において食育を推進する人材、リーダーの養成や市内の食育推進に協力いただける「こまき食育応援店」の募集、登録等を行い、市民や関係者・関係団体、行政等がつながり、よりよい協力、協働関係を構築し、食育のネットワーク化を進めていきます。
- ❑ その結果として、市民一人一人が、「食育」の意義や必要性を理解し、日々の生活において具体的に取るように支援していきます。

### 3-3 施策の体系

- 計画の柱となる4つの「基本目標」それぞれに3つの「方向性」を定め、食育推進に取り組みます。体系を以下に示します。

