

第2次芦別市食育推進計画を策定しました

芦別市では、食育基本法に基づき平成20年3月に「芦別市食育推進計画～食で育む『健やかな心とからだ』芦別食育プラン」を策定し、関係団体などと連携・協力しながら食育推進に関する施策を推進してきました。食育の推進は、長期的、継続的な取り組みが必要なことから、今回新たに平成25年度から平成29年度までの5年間を計画期間とする「第2次芦別市食育推進計画～家庭から地域へ広げつなげる食育～できることからはじめよう～」を策定しました。



食育とは

市民一人ひとりが、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保などが図られるよう、自らの食について考える習慣や、食に関するさまざまな知識と、選択する判断力を楽しく身につけるための学習などの取り組みをいいます。

第1次計画の主な取組状況

ライフステージごとにテーマを設定し、食育の推進を行いました。



妊娠期

食の大切さを知り、バランスのとれた食生活の実践



乳幼児期（0～5歳）

親子の絆と食べる意欲を育て、生活習慣の基礎づくりと食の楽しさを学ぶ



学齢期（6～15歳）

食の知識や体験を広げ、食の自己管理能力の基礎をつくる



青年期（16～24歳）

自分の健康と食をコントロールし、健全な食生活を実現する



壮年期・中年期（25～64歳）

健康的な生活習慣や食習慣を実践し、次世代に伝える活動に取り組む



高齢期（65歳以上）

楽しい食事で健康を維持し、生きがいを持って生活する

まとめ

食育の普及啓発により、知識は増えているため、関心度も高まってきていますが、その知識を実践につなげられる人が少ない傾向にあります。これらの状況を踏まえ、第2次食育推進計画では、第1次計画の取り組みを生かし、「周知」にとどまらず「実践」につながるように食育を推進していきます。

食育の推進体制

家庭を中心に、保育所、幼稚園、学校、地域、生産者、事業者、行政などのそれぞれの自発的意思を尊重したうえで、互いに協力・補完し合いながら「市民運動」として推進し、総合的に共通する重点目標を達成することを目指します。

基本理念

食べることをとおし 生きる力を身につけ 健やかな心とからだを育む

重点目標 市民の皆さんは、以下の★を取り組みましょう

(1) 健康で豊かな食生活の実践

～食や健康に関する正しい知識を知り、健康で豊かな食生活を身につける～

- ★ 朝ごはんをしっかり食べましょう
- ★ バランスのとれた食生活で健康づくりを目指しましょう



(2) みんなでつながる楽しい食育

～食育に関心を持ち、家族や地域がつながりを深め食育を実践する～

- ★ みんなで食卓を囲みましょう
- ★ 食育への関心を高めましょう



(3) 伝えあおう 芦別の味

～地場産品や郷土の味を地域や家庭で伝える～

- ★ 芦別市の食文化を育みましょう

施策の展開

基本理念に近づくために重点目標に沿った食育の取り組みを行っていきます

食育推進の目標

以下の目標は平成29年度に達成を目指すものです。市民全体で食育に取り組みましょう。



目標値

- | | | |
|-------------------------|---|---------------------|
| ○ 朝食を食べる人の増加 | → | 100%に近づける |
| ○ バランスのとれた食生活をする人の増加 | → | 60%以上 |
| ○ 朝食や夕食を家族などと一緒に食べる人の増加 | → | ・朝食 80%以上 ・夕食 95%以上 |
| ○ 地場産品や特産品を食べる人の増加 | → | 90%以上 |

☆第2次芦別市食育推進計画ダイジェスト版☆

第2次芦別市食育推進計画ダイジェスト版を配布しますので、ご家庭で保管し食育の実践に役立ててください。なお、各施設には計画書本体を置いてありますので、ご自由にご覧ください。

☆食育だよりをご存じですか☆

食育に関する情報を年6回「食と健康の広場」でお届けしています。今後も掲載しますので、お楽しみに!

●問い合わせ／健康推進課健康推進係