



## 1 食育の基本理念

豊かな心で「食」を楽しみ、より多くの市民が生涯を通じて  
健全な食生活を実践でき、健康で活力のある社会をめざす！

食育とは、さまざまな「食」に関する経験を通じて、一人ひとりが知識やマナーを身につけ、「食」の大切さを知り、そして「食」への感謝の気持ちを育み、「食を営む力」を自分主体で育て獲得するものです。

子どもから高齢者まで生涯を通じた食育活動に取り組み、健全な食生活を実践することで、心身ともに健康で活力ある地域社会を目指します。

## 2 食育の基本目標

食育トライで広げよう！めっちゃ元気な市民の環

### (1) 「食」を楽しむ

「食べる」「つくる」「育てる」「伝える」など、食に関わる体験を通して、コミュニケーションを図り、食への感謝の気持ちを深め、食を大切にし、心豊かに食を楽しむ姿勢を育みます。

### (2) 「食」を学ぶ

「食」や健康づくりに関する正しい知識を学び、適切に選択し実践する力、また、日本の伝統的な作法などの食文化を学び、次世代に引き継ぐ力を育みます。

### (3) 「食」でつなぐ

あらゆる世代が様々な「食」に対して取り組み、家庭や地域、食育関係者などがお互いに連携しながら支え合い、健康で充実した健康な食生活を送る力を育みます。

## 3 重点的な取り組み

### 若い世代における食育の推進

健康寿命の延伸を目的として、若い世代を対象に生活習慣病予防につながる食習慣の普及啓発を行い、次世代の子どもも含めた、生涯にわたる食育の実践につながる食育を進めます。

## 4 考慮すべき事項

### 「新しい生活様式」に対応した食育の推進

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために、接触の機会が多い体験的な活動などについて、「新しい生活様式」に対応した取り組みを進めていきます。