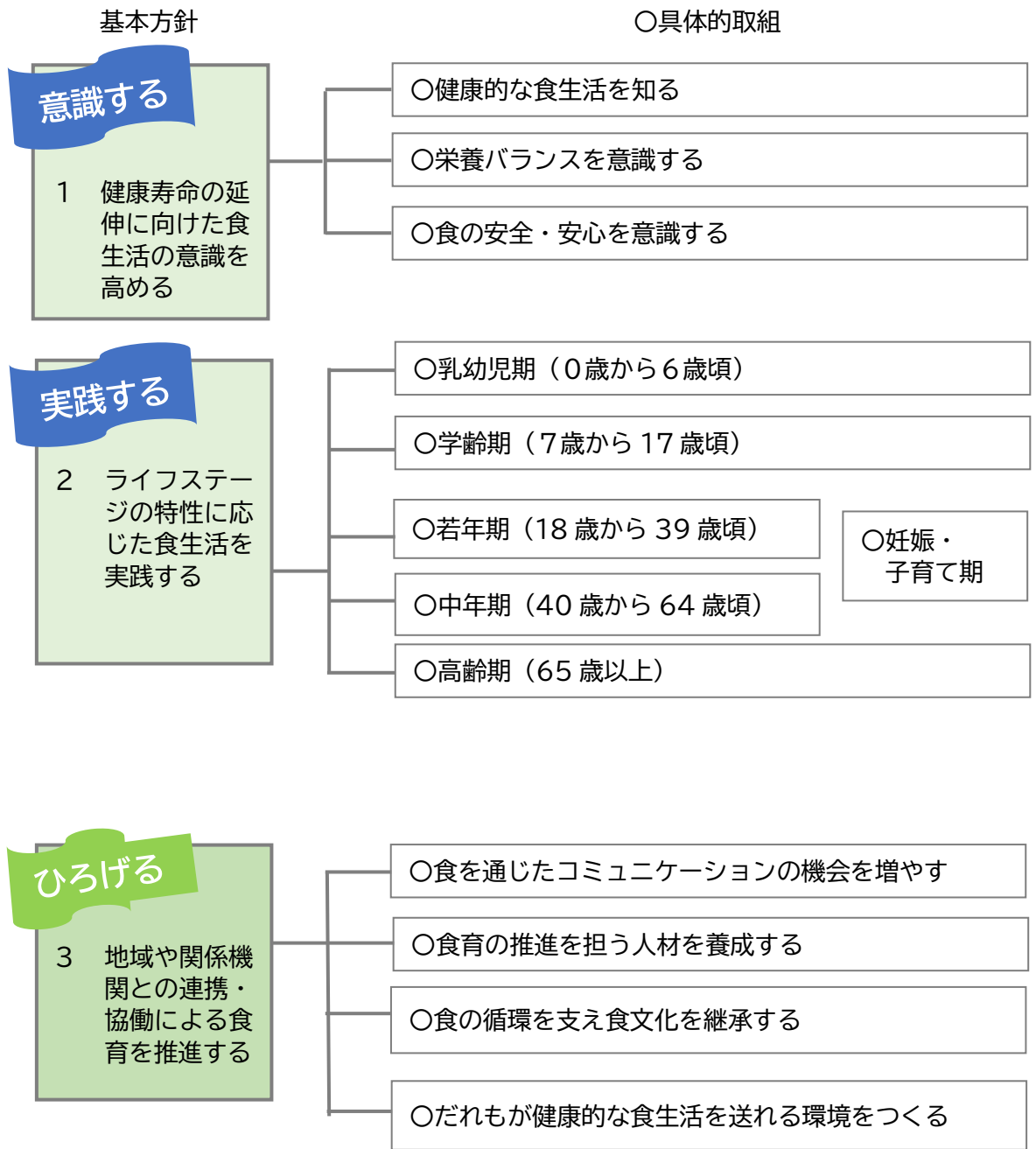


第3次府中市食育推進計画の体系(案)

- 第2次府中市食育推進計画では、「市民の食育の実践を支援します。」「生涯にわたるライフステージごとの食育の取組を進めます。」「関係機関等との連携を強化します。」の3つの方向性を掲げて食育を推進してきました。
- 第3次府中市食育推進計画の策定にあたっては、その方向性を鑑みつつ、国の動向や市の食を取り巻く現状を踏まえ、3つの基本方針を新たに設け、各方針において具体的取組を整理しました。

基本理念：○○○○



基本方針1 健康寿命の延伸に向けた食生活の意識を高める

具体的取組（1）健康的な食生活を知る

【取組内容のイメージ】

- ホームページやSNS、メール等を活用して、朝食摂取や栄養バランス、ライフスタイルに配慮した食事の重要性を啓発
- 体験型の調理実習や講演会などを通じた啓発

具体的取組（2）栄養バランスを意識する

【取組内容のイメージ】

- 主食・主菜・副菜をそろえた食事摂取の啓発
- 適正な塩分摂取の啓発
- フレイルの要因のひとつである低栄養予防に向けた取組の啓発
- 外食、中食※の健康的な利用に向けた啓発

※中食…家庭外で調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事

具体的取組（3）食の安全・安心を意識する

【取組内容のイメージ】

- 栄養成分表示の見方に関する周知
- 食中毒や食物アレルギー等食に関する正しい情報の発信

基本方針2 ライフステージの特性に応じた食生活を実践する

具体的取組（１）乳幼児期（０歳から６歳頃）

【取組内容のイメージ】

- 規則正しい食習慣の形成に向けた情報発信や体験活動の充実
- 地産地消の考え方や食文化の定着に向けた取組の推進
- 歯や口の健康づくりに関する取組の充実

具体的取組（２）学齢期（７歳から１７歳頃）

【取組内容のイメージ】

- 小中学校における食育授業の充実
- 学校給食での地場産農産物や国産食材の使用促進及び周知
- 体験型講座（調理実習や農業体験等）の実施
- 子ども食堂の利用に関する周知

具体的取組（３）若年期（１８歳から３９歳頃）

【取組内容のイメージ】

- 将来の健康を見据えた望ましい食生活の推進
- 共食を通じて食文化や食事マナーの習得
- インターネット等を活用した情報発信により、食への関心を広げる

具体的取組（４）中年期（４０歳から６４歳頃）

【取組内容のイメージ】

- 生活習慣病予防、健康の維持・増進のための規則正しい食生活のリズムの促進
- 健康診査の結果を活用した疾病予防の促進
- 歯周病予防

具体的取組（５）高齢期（６５歳以上）

【取組内容のイメージ】

- いつまでも安全に安心しておいしく食べるための口腔機能の維持
- 自身の健康状態に合った食生活の周知、低栄養予防の啓発
- 家族や仲間と一緒に楽しく食べられるよう、共食の場の周知・啓発
- 食文化や食事マナーを伝承・継承する活動の場の提供・整備

具体的取組（6）妊娠期・子育て期

【取組内容のイメージ】

- 母子手帳発行時の情報提供
- インターネットを通じた情報提供
- 妊娠期から母子ともに切れ目のない食育の実施

基本方針3 地域や関係機関との連携・協働による食育を推進する

具体的取組（1）食を通じたコミュニケーションの機会を増やす

【取組内容のイメージ】

- 共食の重要性の周知、新たな共食のスタイル
- 子ども食堂の活動支援

具体的取組（2）食育の推進を担う人材を養成する

【取組内容のイメージ】

- 食育推進リーダーなどの人材を養成及び活動支援
- 市と連携した食育を推進する民間企業や市民団体の増加

具体的取組（3）食の循環を支え食文化を継承する

【取組内容のイメージ】

- 郷土食（行事食）に対する関心の促進
- 食育推進リーダーと連携した地場産物活用や食品ロス減量等の促進
- 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶や、食べ物を無駄にしないような意識啓発
- 食事のマナーの習得
- 料理や季節の食材などへの関心の促進

具体的取組（4）だれもが健康的な食生活を送れる環境をつくる

【取組内容のイメージ】

- 食生活の格差を縮める
- 子ども食堂やフードバンクの周知
- 貧困世帯への個別支援の充実（調理・食の選択等の助言等）
- 食をきっかけに、関係機関と連携した多方面からの支援につなげる
- 体験講座等の食育に関連した取組の充実
- 企業と連携した食育の実施
- 企業の食育の推進