

食育推進計画の基本的な考え方

(1) 「食育」の推進

国は、食育基本法において、「食育」は、『生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの』、『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』と定義しています。

本市では、市民一人ひとりが、「食」に関する意識の向上を図り、自然の恩恵や「食」に関わる人々のさまざまな活動への感謝の気持ちや理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断力を身に付けることにより、心身の健康増進に繋がる健全な食生活を実践することができると考えています。

このように、「食育」は、あらゆる世代の市民にとって必要なものですが、とりわけ、子どもたちに対する「食育」は、心身の成長及び人格形成に大きな影響を与え、生涯にわたって豊かな人間性を育んでいく基礎になるものと考えます。

(2) 基本方針

「第2次健康すいた21及び吹田市食育推進計画」では、目指すべき将来像を掲げ、その実現のために基本目標を定めています。その基本目標を達成するために、以下のとおり基本的な方針を定めます。

食育推進計画の基本方針

食を中心とした 豊かなところとからだの健康づくり

基本方針に基づき、一人ひとりが自ら食生活の改善に努めることで、食に対する意識が向上し、主体的に健康づくりに取り組むことが可能となります。そのためには、妊娠・乳幼児期から心身共に健やかに過ごすことができるよう、生涯にわたり豊かな人間性を育むことが必要と考えます。

本市では、これまでの取組や国及び大阪府の計画を踏まえ、食育の「周知」にとどまらず、より一層「実践」に繋がる取組を進めてまいります。

(3) 分野別取組項目

基本方針に基づき、「食を中心とした豊かなところとからだの健康づくり」を推進するため、以下の3つの分野別取組項目を定めます。

ア 栄養・食生活

規則正しく、栄養バランスのとれた食生活を営むことは、健康に過ごすための基本となります。生活習慣を見直すことは、がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPD（慢性閉塞性肺疾患）等のNCD（非感染性疾患）の発症予防にもつながります。

イ 食を通じた豊かな人間形成

食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現するためには、家庭、保育園・学校、地域社会等で豊かな人間性を育むことが重要です。特に成長期の子どもにとっては、将来の食生活の形成に大きな影響を及ぼすことから、食に対する興味・関心を育てることで、食に関する知識、食を選択する力を習得することが必要です。

ウ 歯と口腔の健康

健全な食生活を営むためには、栄養バランスのとれた食生活だけでなく、自分の歯を維持し、噛んで食べることが重要です。噛むことで歯ごたえを感じ、味わいも豊かな質の高い食生活を送ることが可能です。そのためには、定期的な歯科健診の受診により、歯科疾患の予防、早期発見、早期治療を心がけ、生涯にわたり自分の歯で食事ができるよう、歯と口腔の健康を保つことが重要です。