

基本目標② 地域を知る食育

生産者と消費者の交流を図り、地域の「食」の良さを知り広めるよう「地域を知る食育」を推進します。

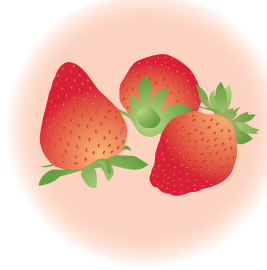
取組方針1 地域の食材の良さを知り、味わう

施策

- ◆地域で生産される食材の良さを知り、地域の食材を地域で消費する「地産地消」を推進する
- ◆生産者と消費者の交流を充実する

<実施項目>

- ・地産地消を推進します。
- ・環境に配慮した生産方法を推進します。
- ・生産者、事業者の食品の安全性重視を推進します。
- ・生産地見学を推進します。



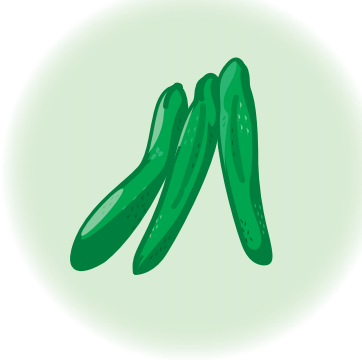
取組方針2 「食」を通じて地域を知る

施策

- ◆「食」を通じて環境を考え、環境にやさしい生活を広める
- ◆自らが安全な食品を選ぶことができるよう支援する

<実施項目>

- ・食の安全性に関する知識の普及、啓発に努めます。
- ・食品廃棄物の抑制を推進します。
- ・地域の伝承料理を知り、広めます。



市民のみなさん、やってみましょう

子どもは

- ・地域でとれる食べ物に関心を持ち、食べてみましょう
- ・食べ残しを減らしましょう
- ・食べ物が生産される様子を知りましょう

大人は

- ・地域でとれた食材を利用しましょう
- ・家庭で食べる量をよく考えて、食品を購入しましょう
- ・賞味期限にとどまらず、食品表示等に関心を持ちましょう



基本目標③ 豊かな心を育む食育

「食」の体験を通じて「食」への感謝の気持ちを持ち、家族や仲間と一緒においしく楽しい食事をしながら、「食」について楽しく学ぶ「豊かな心を育む食育」を推進します。

取組方針1 「食」にかかわる人や食べ物に感謝し、楽しく学ぶ

施策

- ◆食べ物や食事をつくる人への感謝の気持ちを持つ
- ◆食品の生産や製造に携わる人々への感謝の気持ちを持つ
- ◆「食」の生産体験の機会を充実する

<実施項目>

- ・農業体験等食品の生産体験活動を推進します。
- ・料理体験を推進します。



取組方針2 「食」を通じた「家族・仲間・地域」をつくる

施策

- ◆家族や仲間と楽しく食事をするを通じて、子どもの頃から望ましい食のマナーを身につける
- ◆「食」を通じた世代間交流、地域間交流、グループ活動など多様なネットワークの構築や交流を推進する

<実施項目>

- ・料理体験を推進します。
- ・あらゆる機会をとらえて、楽しく食べることを普及、啓発します。
- ・食のマナーについての学習を推進します。
- ・交流給食や行事給食を推進します。
- ・地域や家庭で受け継がれてきた食文化の継承を推進します。

市民のみなさん、やってみましょう

子どもは

- ・食事のあいさつやマナーを守りましょう
- ・食事の準備や後片付けを手伝いましょう
- ・食事をつくってみましょう
- ・栽培や収穫の体験を通じて食べ物の大切さを知りましょう
- ・昔の食事や地域に伝わる食べ物に関心を持ちましょう

大人は

- ・食べ物や食事の大切さについて話をしましょう
- ・子どものお手本となる食事のマナーを身につけましょう
- ・家族や仲間と楽しく料理や食事をする機会をつくりましょう
- ・農作物の栽培や収穫を通じて、子どもたちに食べ物の大切さを伝えましょう
- ・地域の伝統的な食文化や郷土料理に関心を持ち、子どもに伝えましょう



計画の詳細については、市のホームページからダウンロードできます。また、公共施設の「市民参加コーナー」でもご覧いただけます。

発行：久喜市 電話：0480-22-1111（内線3422） F A X：0480-22-3319
編集：久喜市健康増進部健康医療課 E-MAIL：kenkoiryo@city.kuki.lg.jp
住所：〒346-8501 埼玉県久喜市下早見85-3 URL：http://www.city.kuki.lg.jp/

「このパンフレットは10,000部作成し、1部あたりの単価は9.8円です。」
このパンフレットは再生紙を使用しています

“おいしく食べて楽しい食事”

「食」でつなげる 健康で心豊かな人づくり・まちづくり

久喜市食育推進計画

概要版



ごあいさつ



「食」は私たちが生きていくために欠かすことのできないものです。また、健全な食生活は、健康な身体を保つための基礎であり同時に毎日の生活に喜びや楽しさを与えてくれる源でもあります。

近年、生活水準が向上し食生活は豊かになる一方で、価値観やライフスタイルが多様化し、「食」の大切さに対する意識が希薄になり、栄養の偏りや食習慣の乱れに起因する肥満や生活習慣病の増加、食の安全性に対する不安、食文化の喪失など「食」を取り巻くさまざまな問題が生じています。

このような状況を踏まえ、国では平成17年6月に「食育基本法」を制定し、平成18年3月に「食育推進基本計画」、平成23年4月に「第2次食育推進基本計画」を策定いたしました。

また、埼玉県においては平成20年2月に「埼玉県食育推進計画」を策定しております。

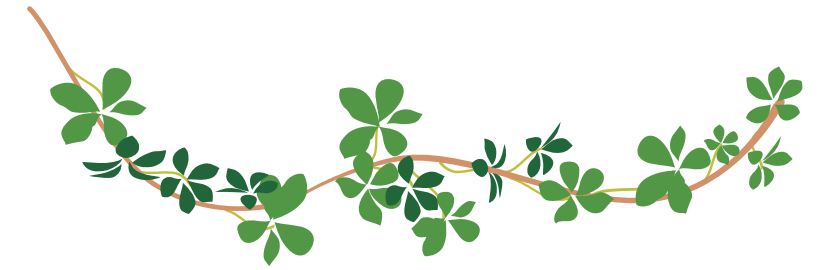
本市においても、すべての市民の皆様が「食」の重要性を認識し、「食」への感謝の念をもち、「食」への取り組みを通じて、いきいきと暮らせるまちづくりを目指した「久喜市食育推進計画」を策定いたしました。

この計画は、「おいしく食べて楽しい食事」「食」でつなげる 健康で心豊かな人づくり・まちづくり」を基本理念とし、さまざまな施策を展開していくものです。

食育推進の主体となる家庭をはじめ、学校、保育園、農業関係者、各関係機関とのネットワークを構築していくことにより、市民の皆様と一体となって食育の推進に取り組んでまいりたいと考えております。

結びに、本計画の策定にあたり、貴重なご意見やご提言をいただきました久喜市食育推進会議委員の皆様をはじめ、関係者並びに市民の皆様から感謝を申し上げます。

平成24年3月 久喜市長 田中暉二



計画策定の概要

策定の目的

近年、「食」をめぐる環境は大きく変化し、本市においても、食に関わる様々な課題が生じており、行政にとどまらず、地域全体で「食」の課題の解決に向けて、総合的、計画的に食育の推進を図るよう「久喜市食育推進計画」を策定します。

計画の位置づけ

- 本計画は、「食育基本法」第18条第1項に基づく食育推進計画です。
- 本計画は、市民の心身の健康と豊かな人間形成をめざした食育推進の目標とその実現のための方策を定めるものです。
- 本計画は、国の食育推進基本計画及び県の食育推進計画との整合を図っています。
- 本計画は、「新市基本計画」、「久喜市健康増進計画」など市の関連計画との整合を図っています。

計画の期間

平成24年度から平成28年度までの5年間とし、社会情勢の変化や計画の進捗状況等により本計画の見直しが必要な場合は久喜市食育推進会議において検討し、適切に実施します。

評価指標

目標達成を評価し見直すため、以下の評価指標を設定します。

指標	対象者	現状 (平成22年度)	目標値 (平成27年度)	備考
朝食を食べない市民の割合 (「ほとんど食べない」)	小学生	1.7%	0%	
	中学生	4.0%	0%	
	20歳代男性	11.8%	10%以下	
	20歳代女性	13.5%	10%以下	
	30歳代男性	16.2%	15%以下	
自分にとっての適切な食事の量や内容を知っている市民の割合	16歳以上	63.8%	70.0%	平成22年度市民の健康・食に関する意識及び実態調査
	小学生	82.6%	90.0%	
	中学生 16歳以上	75.6% 82.8%		
食事をよく噛みゆっくり食べる市民の割合	16歳以上	28.7%	35.0%	
地元産食材を優先的に購入する市民の割合	16歳以上	9.1%	15.0%	
学校給食における地元産農産物を使用する割合(米を含む)	小・中学生	33.2%	35.0%	平成22年度実績
	小学生 中学生 16歳以上	72.9% 49.9% 57.6%	85.0% 65.0% 70.0%	平成22年度市民の健康・食に関する意識及び実態調査
食文化を伝える市民の割合 (伝えたい料理があり、伝えたい、今後伝えたい)	16歳以上	59.1%	70.0%	

本市における食育の課題と 理念・基本目標

市民が考えた久喜市の課題

●食事は健康づくりの基本。
→適切な量や栄養バランスの取れた食事について、知識の普及、学習機会の提供が必要。

●朝食と生活リズムの重要性を知る取組が必要。

●久喜で採れる食材について知らない。地産地消への意識が低い。
→地産地消について、正しい情報の提供と意識づけが必要。

●農業(生産者)を身近に感じられる取組が必要。

●季節の料理や伝統料理等を伝えていく機会が必要。

●食事は楽しむもの、心豊かにするものという意識が薄い。
→食を楽しみ、豊かな心を育む取組が必要。

●農業など「食」の生産体験の取組が必要。

●食におけるコミュニケーションの重要性を理解し、実践するための働きかけが必要。

●食育という言葉は知っているが意味は知らない。
→食育についての認知度を向上させる取組が必要。

”おいしく食べて楽しい食事”
「食」でつなげる 健康で心豊かな人づくり・まちづくり

食育推進会議において、アンケートや本市の特性、日常生活のいろいろな場面で気づいたことを手がかりに食育の課題を洗い出し、これを解決するための理念(考え方)や理念を達成するための体系を次のように設定しました。

達成のための体系

基本目標1 健康なからだをつくる食育

バランスのよい食生活と規則正しい生活リズムを通じて、市民の誰もが健康な生活を営めるよう“健康なからだをつくる食育”を推進します。

取組方針1 適量で主食・主菜・副菜のそろった食事をするなどバランスのよい食生活をおくる

取組方針2 生活リズムをととのえ、食事をおいしく食べる知識を深める

健康なからだをつくるために

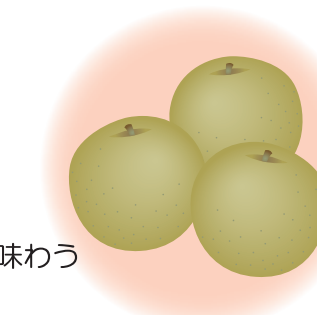
基本目標2 地域^くを知る食育

生産者と消費者の交流を図り、地域の「食」の良さを知り広めるよう“地域を知る食育”を推進します。

取組方針1 地域の食材の良さを知り、味わう

取組方針2 「食」を通じて地域を知る

地域を知るために



基本目標3 豊かな心を育む食育

「食」の体験を通じて「食」への感謝の気持ちを持ち、家族や仲間と一緒においしく楽しい食事をしながら、「食」について楽しく学ぶ“豊かな心を育む食育”を推進します。

取組方針1 「食」にかかわる人や食べ物に感謝し、楽しく学ぶ

取組方針2 「食」を通じた“家族・仲間・地域”をつくる

豊かな心を育むために

※2 久喜市に限らず様々な地域の食を知ることで久喜市の良さを再認識するという思いを込めて「地域」としました。

基本目標1 健康なからだをつくる食育

バランスのよい食生活と規則正しい生活リズムを通じて、市民の誰もが健康な生活を営めるよう“健康なからだをつくる食育”を推進します。

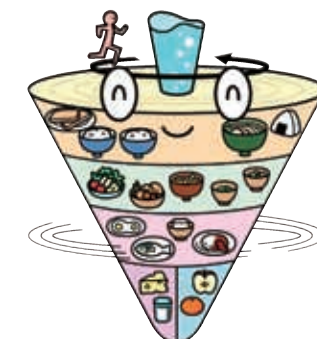
取組方針1 適量で主食・主菜・副菜のそろった食事をするなどバランスのよい食生活をおくる

施策

◆肥満や生活習慣病等の予防につながる食生活を普及させる

<実施項目>

- ・妊産婦の相談に応じるとともに、情報交換の場を提供します。
- ・子どもの発達段階に応じた食生活の学習の場を提供します。
- ・食生活管理に関する知識の普及と情報を提供します。
- ・食事バランスガイドの普及、啓発を図ります。
- ・日本型食生活の普及、啓発を図ります。
- ・肥満や過度なダイエットを予防し、健康美に関する知識の普及に努めます。



取組方針2 生活リズムをととのえ、食事をおいしく食べる知識を深める

施策

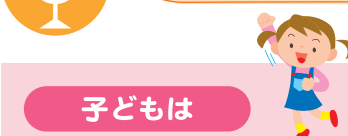
◆生活リズムをととのえ、規則正しい食習慣を普及させる

◆食事を健康的においしく食べる知識を深める

<実施項目>

- ・正しい食習慣についての学習の場を提供します。
- ・あらゆる機会をとらえ、望ましい食生活のリズムの普及に努めます。
- ・「噛ミング30(カミングサンマル)」運動を推進します。
- ・基本的な生活習慣の定着に努めます。
- ・「早寝早起き朝ごはん」運動を推進します。

市民のみなさん、やってみましょう



子どもは

- ・毎日、早寝早起きをし朝食をおいしく食べましょう
- ・好き嫌いをなく、いろいろなものを食べましょう
- ・ひと口30回、よく噛んで食べましょう
- ・おやつや夜食は食べ過ぎないようにしましょう

大人は

- ・みんなで朝食を食べましょう(つくりましょう)
- ・「何を」「どれだけ食べたらよいか」ひと目でわかる食事バランスガイドを活用しましょう
- ・噛む力が身につくような食事を用意しましょう
- ・ひと口30回、よく噛んで味わって食べましょう
- ・自分の適正体重を知り、維持しましょう
- ・地域で開催される健康に関する学習会に参加しましょう
- ・自分の健康状態を知り、栄養バランスのよい食事をしましょう

