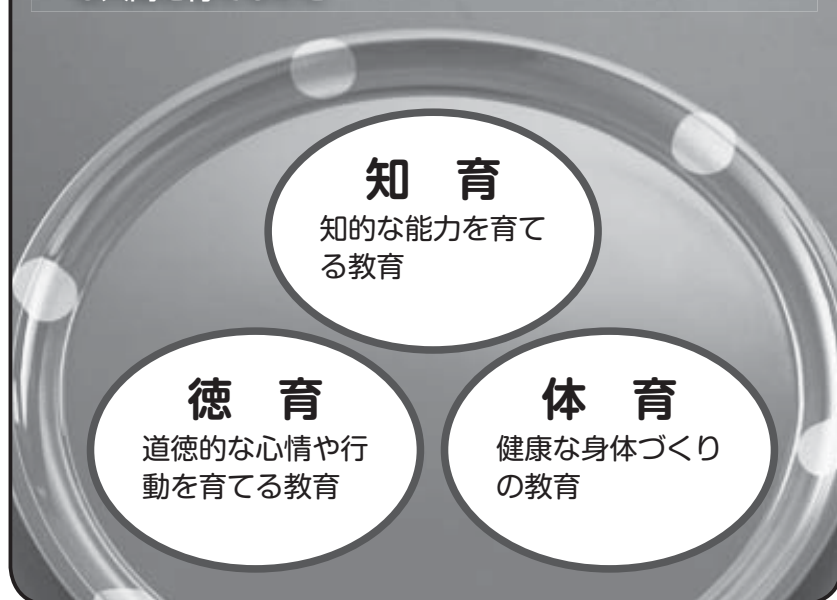
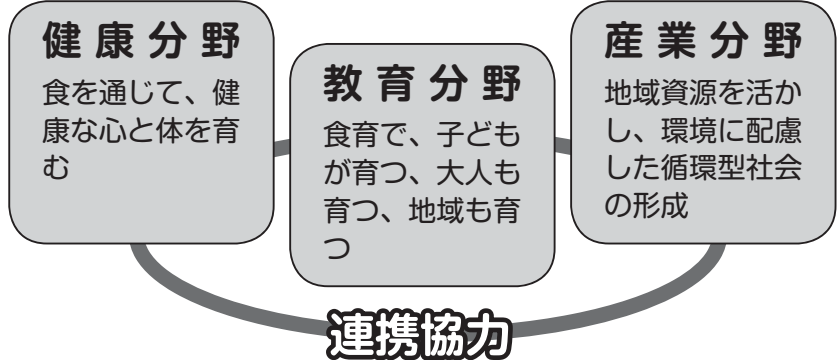


食育とは

- ☆生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの
- ☆さまざまな経験を通じて「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



3つの分野で ライフステージに応じた食育を展開



切さを伝えるとともに、自然と人をつなぐ食、人と人をつなぐ食、命をつなぐ食が市民に浸透し、食育の輪が広がっていくための行動計画として、「高島市食育推進計画」を策定しました。

食は、いくつもの領域にまたがることから、高島市では、健康分野・産業分野・教育分野に分けて連携を図り、市民と協働して、食育を展開していくことを掲げています。

《基本理念》

「食育の基礎は人が集まる家庭の食事から」

家庭が食育において重要な役割を果たしていることを認識し、家族の一人ひとりがそれぞれの役割を果たすなかで、食育の輪が家庭から学校、地域へと広がり、食を通して健康な心と体を育んでいく取り組みを推進していきます。

《5つの基本方針》

- 子どもから大人までの生涯にわたる食育の推進
- 高島市の食と風土をいかした食育の推進
- 琵琶湖や身のまわりの環境と共生する食育の推進
- 体験を通じた感動と共感をよぶ食育の推進
- 市民との協働による食育運動の展開

《実施に向けた 具体的な取り組み内容》

年齢別に長期目標、短期目標、行動目標を掲げています。

《主要事業》

- 食文化の継承
- 郷土料理の伝承
- 栽培・収穫・調理体験活動
- 地産地消と土産土法の推進
- 情報の共有と発信

食は、人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、心身ともに健康な生活を送るためには、健全な食生活は欠かせないものです。

しかし、最近では、ライフスタイルや価値観・ニーズが多様化し、不規則な食事や栄養の偏りによる生活習慣病の増加、食品の安全・安心を揺るがす問題など、大人の食が子ども

の食習慣の形成や情緒面等において悪影響を及ぼしています。

また、親から子、子から孫へと受け継がれてきた、たくましく生きる知恵や伝統的食文化の継承が失われつつあります。

そこで、高島市では、次の世代を担う子どもたちに、食を通じた体験活動を増やし、「食すること」の大

食をめぐる現状

- 生活リズムの乱れ
子どもの年齢があがるにつれて、寝る時間、起きる時間が遅くなっています。
- 朝食の摂取状況

保育園・幼稚園児	96.3%
小学5年生	80.5%
中学2年生	71.4%
15～19歳	74.5%
20～29歳	67.6%
30～39歳	70.7%
40～49歳	88.5%

- 成人の肥満者（BMIが25以上）

男性 20～69歳	25.8%
女性 40～69歳	18.3%

- 野菜の摂取量

1日	272g
----	------

食をめぐる課題

- 生活リズムの定着
- 食事マナーの習得
- 食文化の継承
- 体験活動の推進
- 生活習慣病の予防
- 人材の育成と環境の整備

目標（H26）

- ★食育推進事業への参加者数の増加
29,000人→70,000人
- ★朝食を毎日食べる人の割合の増加

保育園・幼稚園児	96.3%→98.0%
小学5年生	80.5%→94.0%
中学2年生	71.4%→90.0%
20～29歳	67.6%→85.0%
30～39歳	70.7%→85.0%

- ★成人の肥満者（BMIが25以上）の減少

男性 20～69歳	25.8%→20.0%
女性 40～69歳	18.3%→15.0%

- ★自分に適切な食事内容や量を知っている人の増加

男性 15～39歳	17.1%→30.0%
女性 15～39歳	30.5%→40.0%

- ★野菜の摂取量の増加

1日	272g→350g
----	-----------

- ★学校給食に高島市産食材を使用する割合

12.7%→22.0%

- ★教育ファームを実施している小中学校および市民団体の増加

9団体→17団体

- ★食育サポーターの増加

68人→120人
