

『食』は生ききるための心と体の『薬』

かのや「食」と「農」交流推進計画を策定しました

近年、健全な食生活が失われつつあり、食をめぐる現状は危機的な状況にあります。日々の暮らしが豊かになる一方、飽食の時代になり、私たちは忙しい生活を送る中で、生命を育む「食」と「農」の大切さを忘れがちです。

市では、このような状況をふまえて、市民の皆さんの健康で豊かな食生活の普及・定着を進めるため、『かのや「食」と「農」交流推進計画』を策定しました。そこで、市民の皆さんにこの計画を知ってもらうとともに、「食」と「農」に対する意識を高めてもらうため、計画の概要と市の取組をシリーズで紹介いたします。

【問い合わせ】市農政水産課
☎ 0994-31-1117



◆計画の基本理念と4つの視点

すべての市民の皆さんに「食」と「農」の大切さを再認識してもらうとともに、健康で豊かな食生活をおくってもらうために、下記の『基本理念』と『4つの視点』に基づき、さまざまな取組を推進します。

基本理念

市民総参加で、食と農をみつめ直し、心身の健康増進、人間形成を目指します

4つの視点

すべての市民が健康で生き生きと生活する力を養うために、「食」＝“薬”の処方箋となるよう、次の4つの視点で取り組みます。

つながりを大切に

人と人、親と子、学校と地域、市民と行政、消費者と生産者など、食にかかわるすべての人々がつながりあう交流を推進

ふれあいを大切に

やってみる、作ってみる、食べてみる、話してみるなど、五感で学ぶ食と農のさまざまな体験活動を推進

みつめ直しを大切に

食と農への感謝の気持ち、食材の持つ力、ふるさとに伝わる郷土料理をみつめ直す

はぐくむことを大切に

命をはぐくむ、安全・安心をはぐくむ、環境をはぐくむ食育を推進

◆豊かな食生活を送ってもらうために

一人ひとりの食習慣は、長い年月をかけて作られます。生涯にわたって生き生きとした暮らしを実現するためには、ライフステージごとの特徴に応じて取り組むことが大切です。

乳幼児

しっかりとした食事の基盤を作る重要な時期です。食への関心を育み、食事のリズムや楽しく食べる習慣を身につけましょう。



小学生

正しい基礎知識を学ぶ機会や体験の場を増やし、望ましい食習慣を定着させ、食を楽しみ感謝する心を育てましょう。



中学・高校生

栄養が偏りがちになったり、生活が不規則になりがちです。食生活や健康を自分で管理する能力を育てましょう。



若い世代（母親・父親）

親の食生活や食習慣が子どもに大きく影響します。子どもに食の大切さを伝え、自ら望ましい食習慣を実践しましょう。



青壮年

食と健康に関する正しい情報を得るとともに、食生活を点検・評価し、疾病につながりやすい食習慣の改善を図りましょう。



中高年

食を楽しみ、体調に合った食生活を実践しましょう。長年培った食文化を次世代に伝えていく役割も期待されます。

