

V 県民の主体的な取組

あらゆる世代の県民が健全な食生活を送るには、生涯にわたる切れ目ない食育が必要です。それぞれのライフステージに応じた食育を、できることから主体的に取り組みましょう。

	乳幼児期(0～5歳頃)	少年・青年期(6～22歳頃)
ポイント	【体得】 ○体の発育が盛んで、五感が発達し、周りのものへの好奇心が旺盛。 ○望ましい食習慣の形成や食への関心を持つための基礎をつくる。	【学習】 ○自分でできることの範囲が広がる。親元を離れ、自立した生活を始める。 ○家庭、学校、地域において、食と健康に関する知識や食の大切さを学ぶとともに、規則正しい食習慣を身に付ける。
	↓	↓
健康な体をつくる	<input type="checkbox"/> 早寝早起きや睡眠等の生活リズム、基本的食習慣を身に付ける。 <input type="checkbox"/> 色々な食べ物を味わい、味覚を育てる。	<input type="checkbox"/> 朝食を始めとする規則正しい食習慣の重要性を理解し、毎日実践する。 <input type="checkbox"/> 栄養と食品の正しい知識に基づいて自ら判断できる能力を身に付ける。
	<input type="checkbox"/> 歯みがきの習慣を身に付ける。 <input type="checkbox"/> よく噛んで食事をする習慣を身に付ける。	<input type="checkbox"/> 肥満、痩身の健康被害を知り、自分に適した食事の内容や量を調節する。 <input type="checkbox"/> 生活習慣病に関する知識を持つ。 <input type="checkbox"/> 正しい歯みがきの仕方を身に付ける。
	<input type="checkbox"/> 手洗い、うがいの習慣を身に付ける。	<input type="checkbox"/> 食品の産地、栄養などの表示を知る。 <input type="checkbox"/> 食中毒などと食品の購入・保存・調理と結び付けて理解し、予防の方法を知る。
豊かな心を育む	<input type="checkbox"/> 家族や友達と一緒に食事をする楽しさを味わう。	<input type="checkbox"/> 家族や友達と一緒に食事を楽しみながら、マナーや思いやりの大切さを実感する。
	<input type="checkbox"/> 様々な料理を口にし、食に興味を持つ。 <input type="checkbox"/> 動植物への親しみと感謝の気持ちを持つ。 <input type="checkbox"/> 簡単な調理や片付けの手伝いをする。	<input type="checkbox"/> 農林漁業の体験や食品製造現場を見学し、食べ物の生産への理解を深める。 <input type="checkbox"/> 買い物や調理を経験する。
	<input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理を楽しむ。 <input type="checkbox"/> 食事の挨拶の習慣を身に付ける。 <input type="checkbox"/> 正しい箸の使い方を身に付け始める。	<input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理や地域独自の食文化、旬の食材を知り、関心を持つ。 <input type="checkbox"/> 食事のマナーを身に付ける。
暮らしに優しい環境に築く	<input type="checkbox"/> 食べ残しがよくないことを知る。	<input type="checkbox"/> 食生活と環境との関わりや世界の食事情を知り、問題意識を持つ。 <input type="checkbox"/> 食べ物を残さず食べるようにする。
		<input type="checkbox"/> 生物多様性の保全など、農林水産業の多様な機能を理解する。 <input type="checkbox"/> 地域の特産物を知り、親しみを持つ。



壮年・中年期(23～64歳頃)	高齢期(65歳頃～)
【実行】 ○職場や地域社会で活発に活動。徐々に体の機能が低下し、健康への意識が高まる。 ○健康状態や活動の程度に合わせて食事の内容を見直し、生活習慣病を予防する。	【伝承】 ○退職や子どもの自立などにより生活が変化する。 ○健康状態や活動の程度に合わせて食事の内容を見直すとともに、食文化の継承などに努める。



<input type="checkbox"/> 規則正しい食習慣を維持する。 <input type="checkbox"/> 子どもが望ましい食習慣を身に付けるような環境を整える。	<input type="checkbox"/> 健康状態に合わせた適切な食事内容を理解し、実践する。
<input type="checkbox"/> かかりつけ医やかかりつけ歯科医を持ち、定期的に健康診断を受ける。 <input type="checkbox"/> 生活習慣病や痩身等への知識を持ち、食事の自己管理をする。	<input type="checkbox"/> かかりつけ医やかかりつけ歯科医を持ち、定期的に健康診断を受ける。 <input type="checkbox"/> 長く自分の歯でかめるようにする。
<input type="checkbox"/> 食品表示の知識を食品選択に活用する。 <input type="checkbox"/> 食の安全や食品衛生の知識を持ち、食中毒など食品による危害を防止する。	<input type="checkbox"/> 経験に基づいた、食の安全や食品衛生に関する知恵を次代に伝える。
<input type="checkbox"/> 仕事と生活の両立を意識し、家族や友人と食を楽しむゆとりを持つ。 <input type="checkbox"/> 分担して家事に取り組む。	<input type="checkbox"/> 世代を超えて食を通じた交流をはかる。 <input type="checkbox"/> 地域の集まりなどを活用し、人とともに食事をする機会を持つ。
<input type="checkbox"/> 子どもとともに、農林漁業の体験や食品製造現場の見学を行い、食べ物の生産への理解を深める。	<input type="checkbox"/> 食べ物に対する感謝の気持ちの大切さを、次代に伝える
<input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理と地域独自の食文化を理解し、自分で調理する。 <input type="checkbox"/> 旬の食材を生かした食事づくりをする。	<input type="checkbox"/> 季節や行事にちなんだ料理や地域独自の食文化や食事作法を、次代に伝える。
<input type="checkbox"/> エネルギー・水などのむだを減らす、環境に優しい食生活を実践する。 <input type="checkbox"/> 食べ残しや食品の廃棄を減らす。	<input type="checkbox"/> 「もったいない」の精神や、環境に優しい食生活の知恵を次代に伝える。
<input type="checkbox"/> 生物多様性の保全など、農林水産業の多様な機能への理解を深める。 <input type="checkbox"/> 地域の特産物を積極的に利用する。	<input type="checkbox"/> 地域の特産物を使った料理を次代に伝える。



目指す姿
バランスのとれた規則正しい食生活を実践している。
生活習慣病や過度な痩身、歯の疾病を予防し、健康に暮らしている。
食の安全に関する正しい知識を持ち、安全な食を選択できている。
家族や友人とコミュニケーションをとりながら、楽しく食事をとれている。
食の生産や加工への理解を深め、感謝の気持ちを持っている。
食文化や食事作法を理解し、継承できる。
「もったいない」意識を持ち、環境に配慮した食生活を実践している。
農林水産業に理解を持ち、地元の農林水産物を積極的に利用している。



IV 県や関係団体等の取組

以下では、取組を働きかける生活場面を下記のとおり表示

保幼 保育所・幼稚園 職場 勤務先
 学校 小学校～大学 地域 その他の場所

食育の推進について、県や関係団体等は、あいちの食育が目指す3つの方向に即して、ライフステージと生活場面に応じ、それぞれの役割と特性を生かしつつ連携・協力して、継続的に情報提供や実践促進活動を行ってまいります。

■ 取組の体系

			保幼	学校	職場	地域
 <p>食を通じて健康な体をつくるために</p>	<p>バランスのとれた規則正しい食生活の実践</p>	ア 乳幼児期における基本的な食習慣の確立	●			●
		イ 学校における小中学生への食に関する指導の充実		●		
		ウ 小中学生の食育のための家庭への支援		●		●
		エ 高校における食育の充実		●		
		オ 青年期以降における健全な食生活の実践の支援		●	●	●
		カ 「妊産婦のための食生活指針」の推進				●
	キ 高齢期における食による健康維持の推進				●	
	<p>生活習慣病や過度な痩身等の予防</p>	ア 子どもの肥満予防等の推進	●	●		
		イ 歯の大切さについて子どもへの啓発活動の推進	●	●		
ウ 思春期からの過度な痩身の予防対策			●			
エ 職場での健康診断等に基づく食生活改善の推進				●		
オ 地域における健康づくりの推進				●		
<p>食の安全に関する信頼の構築</p>	ア 食品表示の適正化の推進				●	
	イ 食の安全に関する情報提供や意見交換		●		●	
	ウ 安全に関する自主管理と情報開示の促進				●	
	エ 食品と医薬品との相互作用に対する普及啓発				●	
 <p>食を通じて豊かな心を育むために</p>	<p>食を楽しむゆとりの確保</p>	ア 給食や弁当を通じた豊かな人間性の育成	●	●		
		イ “おうちでごはんの日”の実践促進			●	●
		ウ 高齢者の孤食対策等				●
	<p>体験や交流を通じた食の理解促進</p>	ア 乳幼児期における食とのふれあい機会の確保	●			●
		イ 少年期における食に関する体験等の充実		●		●
		ウ 幅広い層に向けた体験・交流の機会の提供				●
	<p>食文化や食事作法等の理解と継承</p>	ア 子どもに対する食事作法の習得や食の多様性の理解	●	●		●
		イ 給食における地場産物や郷土料理等の導入促進	●	●		
		ウ 伝統料理、郷土料理等の提供促進と継承		●	●	●
エ 高齢者による食事作法や食文化の地域内継承					●	
 <p>食を通じて環境に優しい暮らしを築くために</p>	<p>食生活における「もったいない」意識の浸透と実践</p>	ア 子どもに対する環境負荷軽減の学習	●	●		●
		イ 環境に配慮した食生活の実践				●
		ウ 外食時における食べ残し減量策の促進				●
	<p>農林水産業への理解と地産地消の一層の推進</p>	ア 生物多様性の保全など農林水産業の役割への理解促進		●		●
		イ 子どもに対する地産地消の理解と利用の促進		●		
		ウ 青年期以降における地産地消の実践		●	●	●
		エ 生産者と消費者の思いを伝える農林水産業の実現				●
	<p>農林水産業や食品産業における環境への配慮の徹底</p>	ア 農林水産業における環境への配慮とバイオマスの利活用				●
		イ 食品関連事業者における食品廃棄物の削減				●
ウ フードバンク活動の普及啓発					●	
 <p>食育を支える取組</p>	<p>食育にかかる人材の育成と活動の充実</p>	ア 保育・教育機関における推進体制の充実	●	●		
		イ 社会人を対象とした推進体制の充実			●	●
		ウ 愛知県食育推進ボランティアの育成と活動の充実				●
		エ 食育に係る多様な人材の育成と活動の促進				●
	オ 食育推進資材の作成や調査・検定の実施				●	
	<p>関係者の役割分担とネットワークの充実</p>	ア 地域食育推進支援会議の開催				●
		イ 地域の活動主体同士の連携企画の促進		●		●
		ウ 既存のネットワークを活用した関係者間の情報共有				●
	エ 食育に関する情報発信の充実				●	
<p>いいともあいち運動の推進</p>	ア 運動の認知度の向上				●	
	イ 協働活動の充実				●	
	ウ 県産農林水産物の利用拡大				●	