

第3章

食育推進の基本理念と目指すべき姿

※ 資料2の議論を踏まえて記載します。

第1節 基本理念

信州の食で育む人づくり ～健康長寿と豊かな人間形成～

本県は、現在、県民の平均寿命、高齢者の就業率、医療費等において、全国的にトップレベルにあり、健康長寿県として注目されている。しかし、家庭状況の変化による家族の中での共食の機会が不足、食塩摂取量が多いこと、若い世代の朝食欠食、野菜の摂取不足などの課題がみられるとともに、脳血管疾患等の生活習慣病の予防が重要である。

また、地域の食材を利用するという意識は高まりつつあるが、若い世代への食文化の継承については危惧される。そして、食べ物の命をいただくという食育の原点にかえて、もったいないという気持ちをもつということを伝えていく必要がある。

長野県では、食育推進計画を策定したときから、食育を人づくりと位置づけ、「健康長寿」という身体的な側面と「人間形成」という精神的な側面から考えてきた。そこには、長野県民が長年培った、郷土の食や生活スタイルなどが考えられる。

このため、当初の計画から掲げられてきた基本理念「信州の食を育む人づくり ～健康長寿と豊かな人間形成～」をそのまま引き継ぎ、その達成に向けて粘り強く取り組むこととしました。

実践の環を広げよう

長野県は平成20年3月に「長野県食育推進計画」を策定し10年間にわたり、国・市町村を始め多様な関係機関・団体等の連携により食育を推進してきました。

今後は、県民自らが食に関連した生産から消費に至るまでの様々な活動を体験し、食育に必要な活動を自ら実践し、様々な人々とつながることで食育の環が広がるように更に取組を進めます。

第2節 基本分野と目指すべき姿

基本理念を実現するために4つの基本分野を設定し、それぞれの「目指すべき姿」を下記のとおりとします。

そして、これらの「目指すべき姿」を実現するため、県民、関係機関・団体及び県がそれぞれ取り組むことを、第4章に明記しています。

信州の食を育む人づくり～健康長寿と豊かな人間形成～

基本分野ごとの目指すべき姿

未来を担う子どもの食育

- 食に関する経験を通じて、食べる意欲を持ち、生きる力の基礎を身につける。
- 家族と一緒に食事をし、食の楽しさを実感する。
- 「早寝・早起き・朝ごはんをきちんと食べる」など、基本的な生活習慣を身につける。
- 健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育ていけるよう、発達段階に応じた力を身につける。

健康づくりと食育

- 肥満ややせが減少し、適正体重を維持する人が増える。
- 低栄養の高齢者の割合が減少する。
- メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者・予備群の割合が減少する。
- 成人の高血圧者・正常高血圧の者の割合が減少する。
- 主食・主菜・副菜が整った栄養バランスのよい食事をとする。
- しっかり噛んで食べる。

信州の食の理解と継承

- 信州農畜産物への関心と理解が深まり、県民が様々な立場から地産地消に取り組む。
- 食に関する感謝の念と理解が深まる。
- 県民が「食品」に関して信頼できる情報に基づき、適切な判断を行い、健全な食生活に活かす。
- 「もったいない」の気持ちを県民一人ひとりが持ち、資源の循環利用や再資源化が社会全体に浸透する。
- 伝統ある食文化や食習慣が県民に継承される。

信州の食を育む環境づくり

- 県民が食育に関心を持つ。
- 子どもから成人、高齢者に至るまで、県民が生涯にわたって各ライフステージに応じた食育に取り組む。
- 食育活動に取り組むボランティアが増加する。
- 生産から消費に至るまでの食に関する様々な実践活動・体験等の経験の場が拡大する。

