

## 第3章

# 食育推進の基本理念と目指すべき姿

## 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、県や市町村の行政及び関係機関、団体等が食育の活動に積極的な取組を行ってきており、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をされています。しかし、経済の変化、県民の価値観の多様化等を背景に、地元産の旬の食材を中心に豊かに営まれてきた食生活が、個人の好みに合わせた多様な食生活スタイルに変化し、その結果、野菜摂取の不足が進み、食塩摂取量の多さ、脂質の過剰摂取などの栄養の偏りや朝食欠食に代表されるような食習慣の乱れ等も加わり、脳血管疾患が全国平均よりも多く、減少せず、男性のメタボリックシンドロームの予備群と該当者や肥満が減らない一方、女性のやせの増加など様々な問題が明らかとなっています。

このため、前計画に掲げられた基本理念「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。

### 周知から実践へ

長野県は平成20年3月に「長野県食育推進計画」を策定し平成20年度から平成24年度まで5年にわたり、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できるように更に取組を進めることで、「健康長寿と豊かな人間性」を育みます。

## 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んでいけるよう、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。

