

## 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

### ～信州の食でつながる、人づくり・地域づくり～

本県は、県民の平均寿命、高齢者の就業率、医療費の低さ等において、全国的にトップクラスにあることから、健康長寿県として注目されています。

しかし、高齢化の進展、ライフスタイルや家庭状況の変化に伴い、若い世代の朝食欠食や野菜の摂取不足、働き盛り世代の生活習慣病や高齢者の低栄養の増加などが食生活での課題となっています。

さらに、子どもの食をめぐるのは、家族が共に食事をする「共食」の機会が減り、これまで家庭の中で引き継がれてきた食事の大切さ、楽しさ、マナー、食べ方、食文化などが次世代に伝わりにくくなってきています。特に、「共食」によりコミュニケーションを図ることは、食の楽しさを実感し、食習慣やマナーなどを習得する機会となりますが、家庭の状況が多様化している現状を踏まえると、家庭だけでなく学校や地域の食育ボランティア等、様々な関係者が連携し、「共食」の機会を設けて「食」の大切さを伝えていくことが必要です。

また、生産者など食に関わる人や、動植物の命をいただいているということへの感謝の念を深めるためには、多くの関係者により「食」が支えられていることを理解する必要があります。そして、食品の安全性の確保を始め、生産から消費、廃棄に至るまでの一連の「食」の循環を意識しながら、地産地消やバランスのとれた食事などの様々な体験活動を通じて、一人ひとりが主体的に「学び」、実践することが大切です。

これらの食育の実践を子どもから高齢者まで途切れることなく進めるためには、関係者の参画と協働のもとに食育の推進体制整備を進めるとともに、食育ボランティアの活動など「自治の力」を生かした取組を展開していく必要があります。

これまで長野県では、食育推進計画策定時から、食育を「人づくり」であると位置づけ、「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取り組んできました。

今回の第3次計画においては、これまでの取組と現在の食を取り巻く様々な状況を踏まえ、生涯にわたる心身の健康増進と豊かな人間形成を育むための「人づくり」に引き続き力を入れるとともに、「自治の力」を生かし、地域において皆でつながって食育を進めるために「地域づくり」という視点を加え、もう一つの理念とすることとしました。

そして、「信州の食でつながる、人づくり・地域づくり」を基本理念として掲げ、その達成に向けて粘り強く取り組むこととします。

## 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3つの分野とこの3分野を支えるための1分野を設定し、各分野の「目指すべき姿」を下記のとおりとします。

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。

なお、この計画は「しあわせ信州創造プラン2.0（長野県総合5か年計画）」を推進するための個別計画であることから、持続可能な開発目標（SDGs）<sup>※</sup>と関連し、「飢餓をゼロに」「すべての人に保健と福祉を」「質の高い教育をみんなに」「つくる責任つかう責任」「陸の豊かさを守ろう」「パートナーシップで目標を達成しよう」の目標達成に向けて推進します。

信州の食でつながる、人づくり・地域づくり

### 基本分野ごとの目指すべき姿

若い世代への食育	世界一の健康長寿を目指す食育	食の循環と地域の食を 意識した食育
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 子どもの親や、20歳～30歳代の若い世代が、食育に関心を持ちます。</li> <li>○ 家族や友人、地域などで様々な人達と一緒に楽しく食事をする機会を持ちます。</li> <li>○ 幼児期から、毎日朝食を食べることを始めとして、基本的な生活習慣を身に付けます。</li> <li>○ 小中学生や高校生及び20歳～30歳代の若い世代が、自分に必要な食事を選択できるような知識を持ちます。</li> <li>○ 子ども達が、バランスのとれた食事を準備できるスキルを身に付けます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 肥満（BMI25以上）とやせ（BMI18.5未満）の人が減少し、適正体重を維持する人が増加します。</li> <li>○ 低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者（概ね65歳以上）が減少します。</li> <li>○ メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる人・予備群の割合が減少します。</li> <li>○ 成人の糖尿病が強く疑われる人・予備群の割合が減少します。</li> <li>○ 成人の高血圧者・正常高値血圧の人の割合が減少します。</li> <li>○ 何でも噛んで食べられる人が増加します。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地域の農畜産物や食文化に関心を持ち、信州農畜産物の利用などによる郷土への理解を深めます。</li> <li>○ 食に関する感謝の気持ちを持ちます。</li> <li>○ 食品ロスの削減に取り組みます。</li> <li>○ 食品に関する信頼できる情報に基づき、適切な判断をし、健全な食生活を行うことのできる知識を持ちます。</li> </ul>

### 信州の食を育む環境づくり

- 県民が食育に関心を持っています。
- 食育ボランティアの活動に参加する県民が増加します。
- 生産から消費に至るまでの食に関する様々な実践活動・体験等の場に参加する県民が増加します。
- 子どもから成人、高齢者に至るまで、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んでいます。

※持続可能な開発目標（SDGs）

2015年9月に国連持続可能な開発サミットで採択された「持続可能な開発のための2030年アジェンダ」に盛り込まれた国連加盟国が掲げた17の目標。

