

第3章 山陽小野田市における食育の方向

1 基本理念

第二次山陽小野田市総合計画の将来都市像である「活力と笑顔あふれるまち」の実現に向け、「スマイルシティ山陽小野田」のキャッチフレーズのもと、本計画を推進することで、食を通じて笑顔が広がるまちを目指します。そのためにも、歴史・産業・教育・文化・自然といった地域資源など、本市の特性を活かしながら、市民一人ひとりが食に関心をもつこと、食を切り口として市民や関係団体がつながることで「協創」によるまちづくりを推進し、健やかな身体と豊かな心を育むことが必要と考えます。

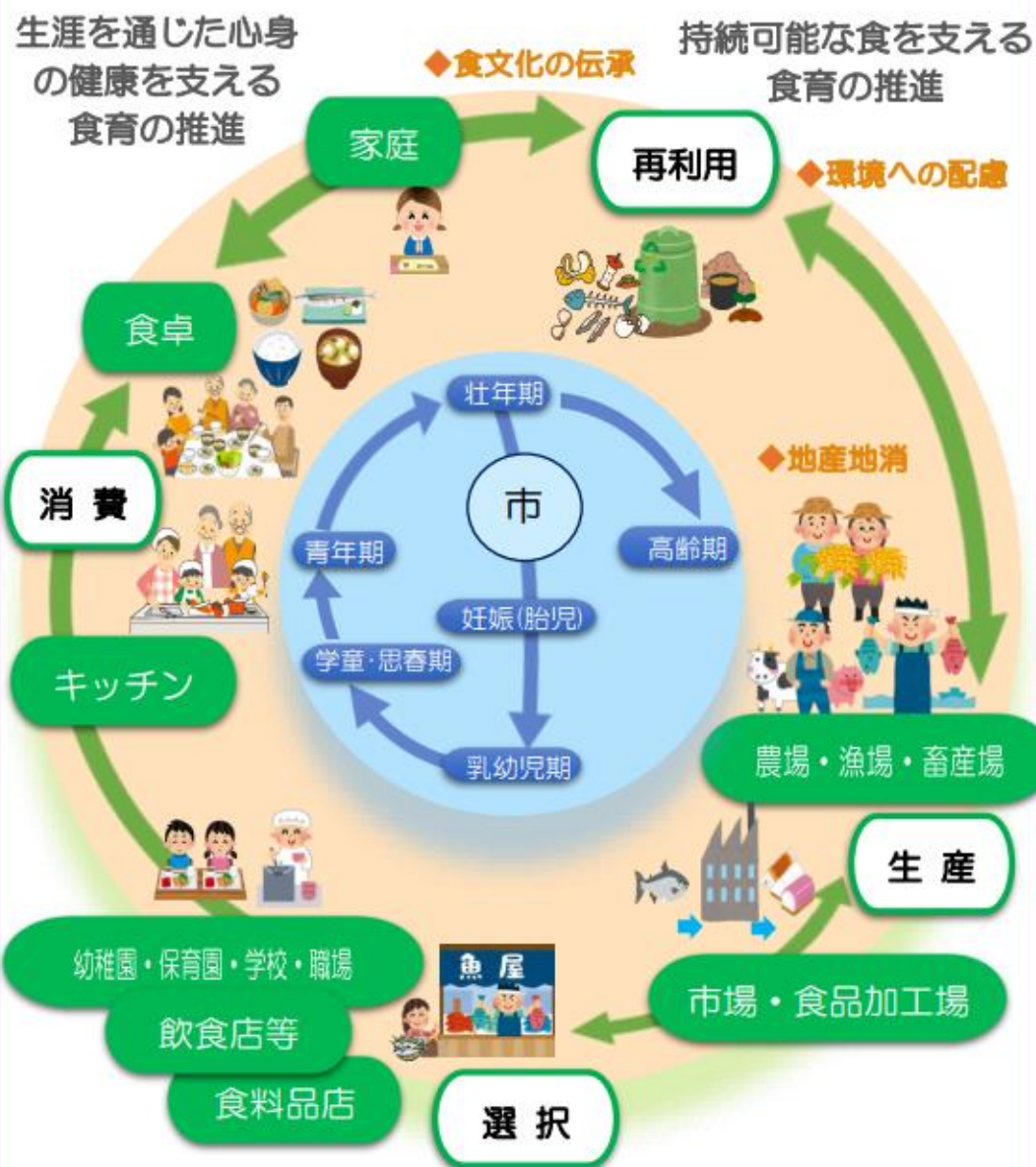
本計画においては、こどもから高齢者まで、全ての市民が住み慣れた地域で希望をもち、健やかに暮らせるよう、ライフステージごとの食課題に応じて、家庭、学校、地域等が連携を図り、若い世代から主体的に食育に取り組む環境づくりの実現を目指していきます。また、食育に特化した産学官の連携による新たな人材育成や農林漁業の発展を目指して、基本理念を次のように設定します。

基本理念

食でつながる ひとづくり まちづくり

また、基本理念のイメージを次のように表現します。

基本理念のイメージ



地域とのつながり

(生活の場での交流や食の情報)

関係団体・ボランティア等による食育の場

歴史・産業・教育・文化・自然



2 山陽小野田市の食の重点事項

生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

高齢化が進む中で、健康寿命の延伸が課題であり、市民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、妊産婦や、乳幼児から高齢者に至るまで、ライフステージやライフスタイル、多様な暮らしに対応し、切れ目のない、生涯を通じた食育を推進することが重要です。

しかしながら、依然として成人の肥満者が多いこと、若い女性のやせの者が多いこと、高齢者の低栄養傾向の者の割合が高いこと等、食生活に起因する課題は多いのが現状です。

少子高齢化が進むとともに、世帯構造や社会環境も変化し、単独世帯やひとり親世帯が増えています。また、様々な家庭環境にあるこどもに対する支援など、家庭生活の状況が多様化する中で、家庭や個人の努力のみでは、健全な食生活の実践につなげていくことが困難な状況も見受けられます。

こうした状況を踏まえ、「人生 100 年時代」に向けて、生活習慣病の予防や健康寿命の延伸を実現し、市民が健全で充実した食生活を実現することを目指し、家庭、保育園や幼稚園・学校、職場、地域等の各場面において、地域や関係団体の連携・協働を図りつつ生涯を通じた食育を推進します。特に、こどものうちに健全な食生活確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となることに留意します。

また、健康や食に関して無関心な層も含め、デジタルツールや行動経済学に基づく手法の一つであるナッジ（そっと後押しする：人々がより良い選択を自発的に取れるように手助けする手法）を活用する等、自然に健康になれる食環境づくりを推進します。

持続可能な食を支える食育の推進

市民が健全な食生活を送るためには、その基盤として持続可能な環境が不可欠であり、食育関係者を含む市民が一体となって、食を支える環境の持続に資する食育を推進します。

地産地消

食料の生産から消費等に至るまでの食の循環は、多くの人々の様々な活動に支えられており、そのことへの感謝の念や理解を深めることが大切です。一方で、ライフスタイル等の変化により、市民が普段の食生活を通じて農林水産業等や農山漁村を意識する機会が減少しつつあり、生産者等と消費者との交流等を進め、消費者と生産者等の信頼関係を構築し、食料需給の状況への理解を深め、持続可能な社会を実現していくことが必要です。

このため、農林漁業体験の推進、生産者等や消費者との交流促進、地産地消の推進等、食の循環を担う多様な主体のつながりを広げ深める食育を推進します。

環境への配慮

市民の食生活が、農林水産業・食品産業の活動や、自然の恩恵の上に成り立つことを認識し、食料の生産から消費等に至る食の循環が環境へ与える影響に配慮して、食における SDGs の目標 12「つくる責任・つかう責任」を果たすことができるよう市民の行動変容を促すことが求められます。

さらに、日本は、食料及び飼料等の生産資材の多くを海外からの輸入に頼っており、一方で、大量の食品廃棄物を発生させ、環境への負担を生じさせているのが現状です。このことから、地産地消や食品ロス削減に取り組むことにより、食べ物を大切にするとする考え方の普及や環境への負荷低減に取り組みます。環境に配慮した農林水産物・食品（農薬や化学肥料に頼らず生産された有機農産物や過剰包装でごみが少ない商品）などについて、市民の理解と関心の増進のための普及啓発をし、環境と調和のとれた食料生産とその消費に配慮した食育を推進します。

食文化の伝承

和食文化は、ごはんを主食とし、一汁三菜を基本としており、地域の風土を活かしたものです。その継承は、食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支える上で重要であるとともに、食料自給率の向上及び環境への負荷低減に寄与し、持続可能な食に貢献することが期待されます。

また、和食は栄養バランスに優れ、長寿国である日本の食事は世界的にも注目されています。

しかし、近年、グローバル化、流通技術の進歩、生活様式の多様化等により、地場産物を生かした郷土料理、その作り方や食べ方、食事の際の作法等、優れた伝統的な和食文化が十分に継承されず、その特色が失われつつあります。

このため、食育活動を通じて、郷土料理、伝統料理、食事の作法等、伝統的な地域の多様な和食文化を次世代へ継承するための食育を推進します。

「食育」とは

食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人を育てることです。

「食べる」ということをとおして、「食」を楽しむ、精神的な豊かさが育まれます。

家族そろって食卓を囲み、コミュニケーションを図りながら家族みんなで普段の食生活を見直してみましょう。

ヘルスメイト食育元気かるた



「楽しいね 家族揃って 食育の日」

毎月19日は「食育の日※」、6月は「食育月間※」です！