

各ライフステージに応じた食育推進施策

▼「第3次留萌市食育推進計画では、各ライフステージに応じた食育推進施策として、「乳・幼児期」「学齢期」「青・壮年期」「高齢期」ごとの現状を把握し、課題の解消に向けた推進目標を定めています。

乳・幼児期 (0～6歳)	学齢期 (7～18歳)
<p>【現状と課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇食事バランスへの親の知識不足 ◇朝食の欠食による体調不良 など ●幼児期における朝食での野菜摂取率 (平成28年度) … 1歳6カ月児 44.6% 3歳児 27.7% 	<p>【現状と課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇食の指導や給食への地場産品の活用 ◇親の欠食の影響による朝食の孤食化 ◇「早寝、早起き、朝ごはん運動」や「留萌市食育10カ条」の推進 など ●家庭において子どもが「ひとり」で朝食を食べる割合 (平成29年度) …… 13.0%
<p>【推進目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎哺乳・離乳・幼児食を正しく伝える ◎食べることへの興味・楽しさの経験 ◎自然から食べる喜びを感じる ◎食べることから生活習慣を学ぶ 	<p>【推進目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎食に関する指導、啓発の充実 ◎「給食」の教育的機能重視による充実 ◎体験からの生産、流過程知識の習得
青・壮年期 (19～64歳)	高齢期 (65歳～)
<p>【現状と課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇若い世代の欠食や野菜摂取量の低下による食生活の乱れ など ●1日3回食べている人の割合 (平成28年度) …… 72.9% 	<p>【現状と課題】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇加齢に伴う食欲の減退による「低栄養」 ◇ひとり暮らし高齢者へのバランスの取れた食事支援 など ●介護予防教室参加延べ率 (平成28年度) …… 32.0%
<p>【推進目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎食に関する指導、啓発の充実 ◎正しい食習慣による健康管理の推進 ◎次世代への伝達と家族や地域での共食の推進 ◎地産地消による食への愛着心の醸成 	<p>【推進目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎正しい食習慣による健康管理の推進 ◎食への関心づけと介護予防の推進

皆さん一人ひとりがご自身や家族の「食と健康」に関心を持つことが「食育」の第一歩です。食育環境の充実を図るため、皆さんの積極的な参画をよろしくお願いいたします。

◎「第3次留萌市食育推進計画」の詳細については、市ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>) をご覧ください。

留萌市 農林水産課

検索

特集



食育を通じた豊かな暮らしの実現へ

市では、食育環境の充実を図るため、「第3次留萌市食育推進計画」を策定しました。

問 市・農林水産課 ☎ 42-1837

「第3次留萌市食育推進計画」がスタートしました

▼「第3次留萌市食育推進計画 (平成30～34年度)」では、皆さんが健康で豊かな生活を生涯にわたって実現できることを目指しています。第2次留萌市食育推進計画で取り組

んできた食育への推進を継承するとともに、行政や関係団体、地域ボランティアなどで目指す方向性を共有して連携しながら、各ライフステージに応じた事業を進めています。

■計画の基本構造

目指す姿	<p>「知食」「共食」「健食」による豊かな暮らしの実現へ</p> <p>「知食」食の大切さや食文化を理解すること 「共食」食卓を囲んで交流を深めること 「健食」食を通じた健康づくりを進めること</p>			
基本方針 (重点目標)	<p>①「食育」についての理解と実践</p> <p>②地域の「食」を知る体験・伝承</p> <p>③地産地消で豊かな「食・暮らし」の実現</p> <p>④食と健康の推進</p>			
各ライフステージ	乳・幼児期 (0～6歳)	学齢期 (7～18歳)	青・壮年期 (19～64歳)	高齢期 (65歳～)
	母子健康	学校給食	生活習慣病予防	介護予防