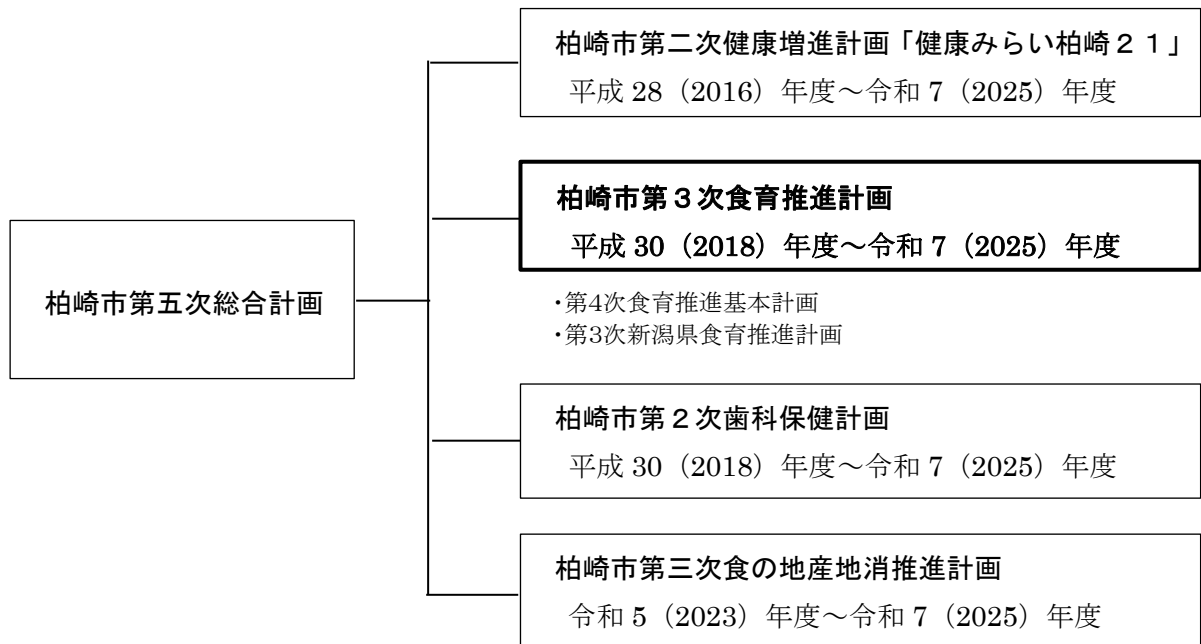


## 柏崎市第3次食育推進計画の概要と推進体制

### ❖食育とは

- 生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの
- さまざまな体験を通じて「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することができる人間を育てること

### 1 柏崎市第3次食育推進計画の位置付けと期間



### 2 柏崎市が目指す食育の方向

#### (1) 市民の目指す姿

市民一人ひとりが、食を楽しみ、食べる力を育て、健康で豊かな生活を送ることができる

乳幼児期 (0～5歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食事の時間が楽しめる</li> <li>○早寝・早起き・朝ごはんを身に付ける</li> </ul>
学童・思春期 (6～19歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分で早寝・早起き・朝ごはんを実践する</li> <li>○毎日の食事を通して、食に関する知識と選択する力を持つ</li> <li>○食への感謝の気持ちが育つ</li> </ul>
青年期 (20～39歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○健康や食に関心を持ち、自分や家族の健康を考えた食生活を送る</li> <li>○自らが食の大切さを理解し、次世代へ伝える</li> </ul>
壮年期 (40～64歳)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分や家族の健康を考えた食生活を送る</li> <li>○郷土料理や地域の食文化に親しみ、家庭に取り入れる</li> </ul>
高齢期 (65歳以上)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生きがいをもって生活し、楽しく食事をする</li> <li>○食を通して人と交流する</li> <li>○地域の食文化を次世代に伝える</li> </ul>

## (2) 基本方針

### 基本方針1 食を通じた生涯にわたる健康づくり

- ・子どもの頃から規則正しい生活習慣や食習慣を身に付ける
- ・主食、主菜、副菜をそろえた栄養バランスの良い食事ができる
- ・家族や仲間との食事を通じ、食の楽しさや食への感謝の気持ちを身に付ける

### 基本方針2 柏崎地域の食材を知り、食文化を継承する

- ・柏崎の旬の食材を使って調理する
- ・日本型食生活を基本とした食事を実践する
- ・地域の食文化を次世代に伝える

### 基本方針3 安全・安心な農林水産物の生産と利用の促進、地産地消の推進

- ・学校給食への地場産農林水産物の利用拡大を図る
- ・地場産農林水産物の利用しやすい環境を整える

○基本方針ごとに、目標項目と目標値、取組内容を掲げている。

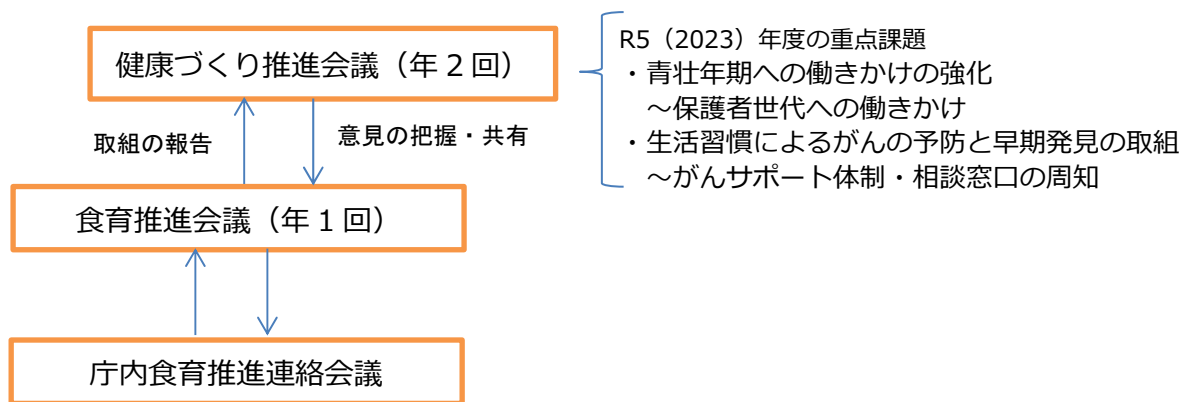
## 3 令和3（2021）年度～令和7（2025）年度の重点課題

望ましい生活習慣の推進

- ❖生活リズム
- ❖早寝・早起き・朝ごはん ➡ **朝食摂取・肥満予防を重点取組とする**
- ❖適正体重の維持

## 4 推進体制と進行管理

- ・「柏崎市食育推進会議」を開催し、計画の進行管理を行う。
- ・庁内関係課による「庁内食育連絡会議」を開催し、行政内で共通認識を図り、食育の推進を行う。
- ・「健康づくり推進会議」で食育推進会議の報告をし、意見を把握、共有する。



- ・子育て支援課 ・保育課 ・学校教育課 ・教育総務課 ・介護高齢課 ・農林水産課 (※)
- ・健康推進課

※農林水産課（R5年度に農政課と統合）は必要に応じて会議に参集する。