

Ⅲ 計画の基本理念と基本方向

Ⅲ 計画の基本理念と基本方向

1 計画の基本理念

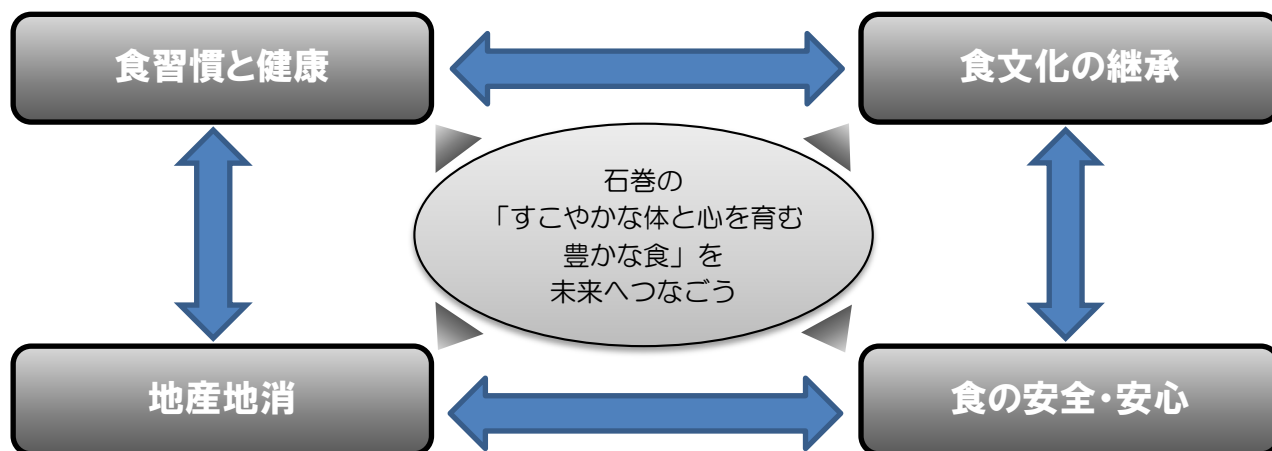
「第2期 石巻市食育推進計画」では、石巻市の海・山・川といった豊かな自然に恵まれた食材、また、この石巻の「豊かな食」を未来へつなげていくために、第1期に続いて『石巻の「すこやかな体と心を育む豊かな食」を未来へつなごう』を基本理念に掲げていました。

第3期においても、市民が「すこやかな体と心」を育むための健全な食生活の実践がますます重要となってきたことから、本計画の基本理念は引き続き継承するものとします。

**石巻の
「すこやかな体と心を育む豊かな食」を
未来へつなごう**

2 計画の基本方向

本計画を着実に、また効果的・円滑に推進していくために、第2期の重点項目であった「食習慣と健康」、「食文化の継承」、「地産地消」、「食の安全・安心」の4項目を基本的方向性として設定し、これらの基本方向に沿った取組によって、石巻市の食育を推進していきます。



3 目標と重点取組項目

石巻の豊かな食を未来につなぐため、市民一人ひとりが「食」について意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深められるよう、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、食育に取り組み、子どもから大人まですべての市民がすこやかな体と心を育むことを目指します。

そのため、基本方向別に目標を掲げ、さらに基本方向ごとに重点的な取組を設定することによって、市民一人ひとりの行動に結び付くよう取り組んでいきます。

その中でも、第3期では、健康増進計画との整合性を図りながら基本方向の中で「食習慣と健康」を最優先に進め、子どもや若い世代を中心とした食育の推進に取り組んでいきます。

最優先

食習慣と健康

目標：生活リズムを整え栄養のバランスを考えた食事をしよう

【重点取組項目】

- ・食の選択力の習得
- ・早寝・早起き・朝ごはん運動の展開
- ・子どもや若い世代を中心とした食育の推進

食文化の継承

目標：石巻の豊かな食を次世代へ伝えよう

【重点取組項目】

- ・食文化を次世代へ伝える食の担い手の育成及び活用
- ・食卓を囲んだ食育の推進
- ・学校、保育所給食の郷土料理等の導入

地産地消

目標：石巻の豊かな食を知り、みんなで味わおう

【重点取組項目】

- ・地場産物の活用
- ・体験学習を通じた食育の推進
- ・6次産業化の推進

食の安全・安心

目標：石巻の安全・安心な食生活を実現しよう

【重点取組項目】

- ・食品表示に関する理解促進
- ・安全な食の選択力の習得

4 計画の体系

<基本理念>

<基本方向>

<目 標>

<行動指針>

石巻の「すこやかな体と心を育む豊かな食」を未来へつなごう



食習慣と健康

生活リズムを整え、
栄養のバランスを
考えた食事をしよう

【乳児期・幼児期：0歳～5歳】

正しい食リズムを
身につけよう

おやつを選び方を考えよう

野菜を食べよう

【学童期・思春期：6歳～18歳】

成長に見合った
食事をしよう

朝ごはんを食べよう

むし歯を減らそう

【青年期：19歳～39歳】

毎日の活動に見合った
食事をしよう

【壮年期：40歳～64歳】

毎日の活動に見合った
食事をしよう

歯を大切にしよう

【高齢期：65歳以上】

毎日の活動に見合った
食事をしよう

**食文化の
継承**

石巻の
豊かな食を
次世代へ伝えよう

楽しく食事をしよう

食べ物や人に感謝しよう

郷土料理や行事食に
親しみ大切にしよう

地産地消

石巻の
豊かな食を知り、
みんなで味わおう

生産から消費までの過程を
理解しよう

地場産物を活用しよう

親子で食育に取り組もう

**食の安
全・安心**

石巻の
安全・安心な
食生活を実現しよう

食品、食材を選択する力を
身につけよう

安全な食材・食品を
提供しよう

食材の安全性について
情報を提供しよう

