

第3次吉川市食育推進計画

計画期間：令和6年度～令和11年度

基本理念

市民一人ひとりが生涯にわたり
健康で心の豊かさを実感できるくらしの実現
— 食を通じた幸福実感を —



食育とは

- ・食育とは、生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの
- ・様々な経験を通じて、「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もの

計画策定の趣旨

「食」は私たちが生きていくために、また、心身ともに健康に過ごすためには欠かすことができないものです。

近年、食に関する価値観やライフスタイルの多様化に伴い、食をめぐる社会環境が大きく変化しています。その結果、食への関心が薄れるとともに、栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加などさまざまな問題が生じています。

また、食に関する情報が社会に氾濫し、食品の安全性に対する関心が高まる一方で、食品の大量廃棄など環境への負担も生じさせていることから、食に関する正しい知識の習得と食に対する感謝の念と理解を深めるための「食育」への関心は高まっています。

当市においても市民一人ひとりが健康で心豊かに暮らすことができるよう、地域の実情に則した食育に関する施策を総合的かつ計画的に推進していくため、第3次吉川市食育推進計画を策定します。

令和6年3月
吉川市

基本目標

3. 実践できる まちづくり

- 環境・地域との調和
- 食品の安全・安心
- みんなで取り組む食育

1. 健全な からだをつくる

- 食に関する知識と選択力の習得
- 栄養バランスに配慮した
食生活の実践
- 健全な生活リズムの形成

2. 豊かな心を育む

- 食を通じたコミュニケーション
- 生産者や自然の恩恵、
命をいただくことへの感謝
- 食文化の継承

基本目標1 目指す方向

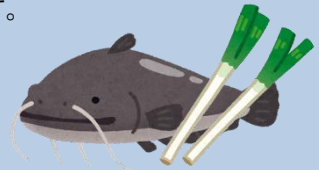
毎日の食生活を通じて、栄養バランスに配慮した食生活を送り、健全な生活リズムを形成することで、生活習慣病の発症予防・重症化予防および健康寿命の延伸につながるような健全なからだをつくります。
また、健康への興味関心が高まった今、健康のために実際に取り組み始める段階に移行し、自分にあった方法で食育に取り組めるよう食に関する知識と選択力を習得します。

基本目標2 目指す方向

みんなでコミュニケーションをとりながら食べる喜びを実感できるよう、家族や友人などの共食をすすめるとともに、食におけるマナーや食文化を次世代へ伝えます。
また、「食べる」ことは動植物の命をいただくことであり、食が自然の恵みや生産者をはじめとする多くの方々を支えられていることへ感謝する豊かな心を育みます。

基本目標3 目指す方向

吉川産食材の利用を促進し、食育に取り組むための基礎的な知識を身に付けます。
また、食育への関心が高まり「やってみたい」の思いを抱いた市民が「やってみる」ための機会を得られる環境を整備します。



【ライフステージに応じた推進】

妊娠期
(胎児期)

乳幼児期

就学期

青年期

中年期

高齢期

生活習慣の形成

健やかな発育

生活習慣病
の予防

介護
予防

生涯を通じた健康づくり、食育の実践

健康寿命の延伸

もくひょうたっせい
目標達成のために

ひとり ひとり とりく
1人1人の取組みが
もくひょうたっせい
目標達成に
つな
繋がります！



みんなのできること

けんぜん 健全なからだをつくる👉

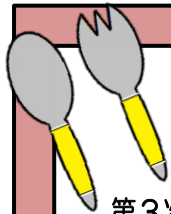
- はやね はやお あさ た
・早寝・早起し、朝ごはんを食べるようにします。
- ねん ど けんこうしんだん う
・年に1度、健康診断を受けます。
- こうほう し かつよう しょく かん じょうほう しゅうしゅう
・広報や市ホームページなどを活用し、食に関する情報を収集します。

ゆた ところ はぐく 豊かな心を育む👉

- かぞく ゆうじんどう いっしょ しょくじ きかい も
・家族や友人等と一緒に食事をする機会を持ちます。
- かいしょく とき かいわ どうしょくじ たの
・会食する時は、会話する等食事を楽しまます。
- てもと とど め とお
・手元に届くおたよりに目を通します。

じっせん 実践できるまちづくり👉

- しょくひん へ くふう
・食品ロスを減らすよう工夫します。
- あんしん あんぜん さくもつ しゅうかく のうち す
・安心・安全な作物が収穫できるよう、農地にゴミを捨てないように
するなど、農地を大切にします。
- 「やってみたい」と思った時は、方法を調べてみます。



～計画の詳細や、食育の取組について、
市ホームページに掲載しています～

第3次
吉川市食育推進計画



市の食育に
関する取り組み





吉川食ナビ
1 week





Youtubeの
動画リンクも



目標達成のための指標 (令和5年度現状値→目標値)

健康なからだづくり	指標項目	ピクトグラム	R5年度 現状値	目標値
	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日する人の割合の増加		38.3%	50%
	朝食を欠食する子どもの割合の減少 ○ 小学生 ○ 中学生		1.6%	0.5%未満
	朝食を欠食する 20～30 歳代の割合の減少		2.3%	1.0%未満
	健康診断を毎年受ける人の割合の増加		18.0%	10%以下
		72.7%	75%	

豊かな心を育む	指標項目	ピクトグラム	R5年度 現状値	目標値
	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数の増加 ○ 小学生 ○ 中学生 ○ 保護者 ○ 一般成人		—	11回以上 11回以上 11回以上 11回以上

食育活動の推進	指標項目	ピクトグラム	R5年度 現状値	目標値
	学校給食における吉川産野菜を使用する割合の増加(金額ベース)		20.6% (R4 年度実績)	20%
	食品ロスのために何かしらの行動をしている人の割合の増加		—	80%
	食育に関心を持っている人の割合の増加		82.0%	90%
食育を実践している人の割合の増加	45.0%		60%	

 5 よく飲んで食べよう	 6 手を洗おう	 7 災害にそなえよう	 10 食・農の体験をしよう	 11 和食文化を伝えよう
---	---	--	---	--

目標値は設定しないが、引き続き取り組みは行う