

親しい人とほぼ毎日  
食事をしている人は  
半数もいないよ。

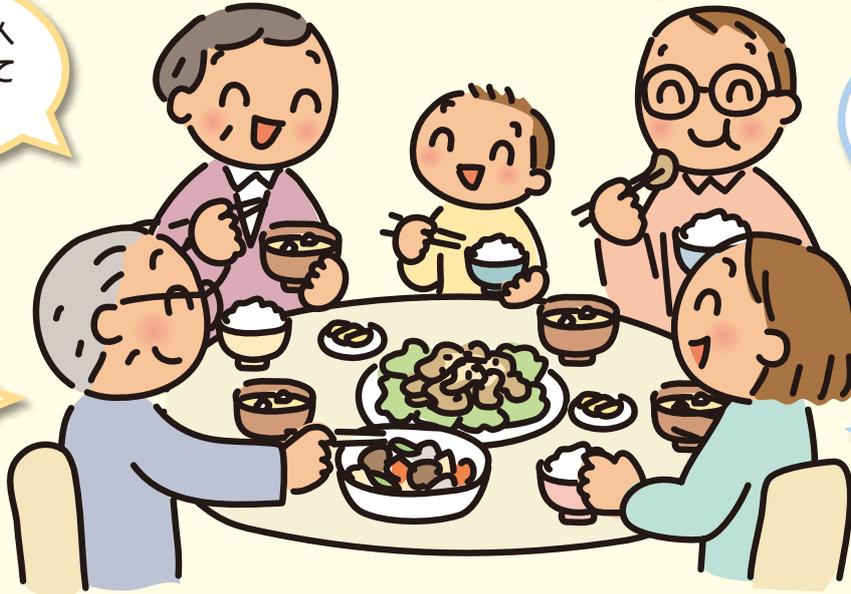
幼児期に「栽培・収穫」や「調  
理」の体験をしたことがあ  
るのは半数くらいだよ。

小学生の10人に1人  
が朝ごはんを食べて  
いないよ。

市民の半数が食品  
の安全を気にして  
いるよ。

野菜料理を毎日  
食べている人は  
3人に2人だよ。

生ごみを<sup>たいひ</sup>堆肥に  
する取り組みを  
しているよ。



「戸田市食育推進計画 第2章戸田市の概要、食に関する現状と課題」より抜粋

# みんなであつなく 食育のまちとだ

戸田市食育推進計画 概要版

本計画は、「**生きる力を育む**」を基本理念に、市民、戸田市、地域、  
企業が、**みんなで食育\***に取り組めます。

戸田市全体に食育活動が広がり、市民が健康でいきいきと心  
豊かに暮らすことを目指します。

※食育とは(食育基本法より)

- 生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基本となるべきもの
- 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こと

# みんなで目指す 食育の取り組み

## 健康を支える

**「食」** 子どもの頃から望ましい食習慣や生活習慣を身につけることを目指します。



### 市民が 取り組むこと

乳幼児期 (0~5歳)	学童・思春期 (6~18歳)	青年・成人期 (19~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65歳~)
朝食を毎日食べます				
野菜を毎日食べます			食事バランスを考えて食べます	
食べ物をよく噛んで食べます				
自分にあった食事の量を知ります		自分にあった量や内容で食事を食べ適正体重を維持します		
食事と健康について学び、知識を身につけます		適切な食事ができるよう、食品や外食のメニューを選択します		

### 市が 取り組むこと

●生活リズムや栄養バランス、噛むことの大切さについて、各事業で市民に啓発します。

## 心をつなぐ

**「食」** 家族や友人、地域の人と食事や体験を通じコミュニケーションをとり、日本の食文化を大切にすることができる、豊かな人間性を育てることを目指します。

### 市民が 取り組むこと

乳幼児期 (0~5歳)	学童・思春期 (6~18歳)	青年・成人期 (19~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65歳~)
家族や仲間と一緒に食事を楽しみます		家族や仲間と一緒に食事をする機会を意識的につくります		
栽培、収穫、調理など食にまつわる体験をします				
「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を身につけます		「いただきます」「ごちそうさま」の言葉の意味を理解し、実践します		
正しい箸の持ち方、使い方を学びます		正しい箸の持ち方、使い方を含め、食事のマナーや作法を実践します		
行事食を楽しみます		行事食について学びます 行事食を生活の中に取り入れます		

### 市が 取り組むこと

- 世代を超えて一緒に食事をする機会を支援したり、子どもたちが栽培・収穫・調理など食に関する一連の体験ができる場を提供します。
- 食事の挨拶、箸の持ち方など食のマナーや作法について意識して啓発します。



## 循環する

**「食」** 食の安全の知識をつけ、環境にも優しい食生活を送ることを目指します。



### 市民が 取り組むこと

乳幼児期 (0~5歳)	学童・思春期 (6~18歳)	青年・成人期 (19~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65歳~)
地元の食材、旬の食材を食べよう努めます				
食事は残さず食べます		食品表示を見る習慣をつけます		食品表示の意味を理解し確認します
			食品は必要な分だけ購入します	

### 市が 取り組むこと

- 地産地消・旬産旬消に関する情報を提供します。
- 食品の安全に対する知識普及の啓発を行います。
- リサイクルや生ごみの減量化に関する意識啓発を行います。

## 食に対する意識

**「食育」**の言葉も意味も正しく理解し、自分の生活に生かしていくことを目指します。

### 市民が 取り組むこと

乳幼児期 (0~5歳)	学童・思春期 (6~18歳)	青年・成人期 (19~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65歳~)
食べ物すべてに関心をもちます		「食」にまつわる様々な出来事に関心をもちます		
		「食育」の言葉の意味を学びます		「食育」の言葉の意味を後世に正しく伝えます
自分ができることから「食育」を実践します				

### 市が 取り組むこと

- 市民が「食育」について関心を持ち、言葉も意味も正しく理解できるよう啓発します。
- 市民や関係団体が「食育」について活動や学習することを支援します。



# みんなでこの目標値を 目指しましょう



本計画は平成23年度から平成27年度までの5か年計画であり、市民を主体として、行政、地域の各種団体および企業が協働で推進します。

計画の最終年度である平成27年度には、アンケート調査等により、以下の目標の達成状況を評価します。

		目標指標	現状値	目標値 (平成27年)
食に対する 意識	食育に関心を持っている人の割合		—	90%以上
	「食育」の言葉も意味も知っている人の割合		34.9%	50.0%
健康を支える 「食」	毎日は朝食を食べない人の割合	小学生	9.8%	5.0%
		中学生	17.6%	9.0%
		大人	17.3%	9.0%
	副菜（野菜料理）を毎日食べている人の割合		66.6%	73.0%
一口30回程度 <sup>か</sup> 噛んで食べている人の割合		—	30.0%	
心をつなぐ 「食」	週の半分以上親しい人と楽しい（団らん）食事をしている人の割合		57.7%	67.0%
	「食」に関する体験を1つでもしている幼児の割合		69.4%	80.0%
	「いただきます」「ごちそうさま」など食事のときに挨拶 <sup>あいさつ</sup> を毎日している人の割合		—	80.0%
循環する 「食」	地産地消の言葉も意味も知っている人の割合		—	75.0%
	食品を購入するときに食品表示を見て購入する人の割合（全般的に見る人）		—	50.0%
	生ごみを出さない工夫を1つでもしている人の割合		—	70.0%

## 戸田市食育推進計画 概要版

(平成23年3月)

本計画本編と概要版はホームページ (<http://www.city.toda.saitama.jp/>) 市役所市政情報室・図書館で見ることができます。

発行 戸田市福祉保健センター

戸田市大字上戸田5番地の6 ☎048-446-6484