



3 . 将来像の基本的な考え方

食育を通じて実現を目指す将来像について示します。

3. 将来像の基本的な考え方

3-1 国の食育推進基本計画について

国の「食育推進基本計画」（以下「基本計画」という。）は、食育の推進に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るために必要な基本的事項を定めるとともに、市町村食育推進計画の基本となるものと定められています。

基本計画に定める「食育の推進に関する施策についての基本的な方針」は、以下に示すとおりです。本計画は、国の「基本的な方針」を十分に踏まえ策定します。

（食育の推進に関する施策についての基本的な方針）

- （１）国民の心身の健康の増進と豊かな人間形成
- （２）食に関する感謝の念と理解
- （３）食育推進運動の展開
- （４）子どもの食育における保護者、教育関係者等の役割
- （５）食に関する体験活動と食育推進活動の実践
- （６）伝統的な食文化、環境と調和した生産等への配慮及び農山漁村の活性化と食料自給率の向上への貢献
- （７）食品の安全性の確保等における食育の役割

また、基本計画では、「食育の総合的な促進に関する事項」を、以下のとおり規定しています。

（食育の総合的な促進に関する事項）

- （１）家庭における食育の推進
- （２）学校、保育所等における食育の推進
- （３）地域における食生活の改善のための取組の推進
- （４）食育推進運動の展開
- （５）生産者と消費者との交流の促進、環境と調和のとれた農林漁業の活性化等
- （６）食文化の継承のための活動への支援等
- （７）食品の安全性、栄養その他の食生活に関する調査、研究、情報の提供及び国際交流の推進

3-2 計画の将来像

本計画の将来像は、食育基本法の理念及び基本計画を踏まえ、以下のとおりとします。

西東京市食育推進計画の将来像

食が織りなす、豊かな暮らしのあるまち

食は生活の根幹であり、健康や個人の生活の質、生きがいを支え、人生を豊かにする大切なものです。市民一人ひとりが食について意識を高め、健全な食生活を実践する動きを、NPO等市民活動団体・事業者・行政が連携し、支えることにより、すべての市民と未来を担う子どもたちが生涯にわたり健全な心身を培い、深い人間性を育み豊かに暮らす「西東京市」をめざします。

3-3 計画の基本方針

本計画の最も基本的な方向性（基本方針）は以下の3点とします。

1 栄養バランスや量に配慮した食を楽しみ、健康で生き活きと暮らし続けるまち

健やかに成長し、生涯にわたり健康な生活を送りたいのは誰もが願うことです。適正な栄養バランスや量を学び、生涯にわたり活かしていくとともに、味覚・嗅覚・視覚・触覚等のさまざまな感覚を通して味わい、豊かな心を育てる取組を推進します。

2 食を大切にしている心を持っているまち

本市の地域特性として、宅地が多い反面、農地が多いことがあげられます。地域資源である農地を活用し、そこから生まれる人と人とのつながりによって、食に関する意識を育みます。

3 子どもから高齢者までが食を通じ交流し、食文化を継承しているまち

家族団らんや地域の多世代の交流を通じ、料理づくりや食事を楽しむとともに、年長者から伝統的な日本食や地域の行事食等の食文化を伝承することによって、地域ぐるみ・家庭ぐるみでの食に関する取組を推進します。

3-4 計画の視点

本計画は、以下の視点に基づき策定します。

➤ 市が率先して取り組むとともに、市民、NPO等市民活動団体、事業者の取組も活性化する

本計画の策定主体者は市であり、本計画に掲げる施策や取組は市が主体となって実施するものです。しかし、食に伴う健康管理は個人、家庭が基本となるものであり、個人や家族単位の取組が欠かせません。そこで、市民・家庭を取り巻くNPO等市民活動団体・事業者の取組を促進し、家族・家庭の機能の回復とともに、市民・家庭の食育力の充実・強化を図ります。

➤ 身近な関係の中で生まれた「動き」を重視する

正しい食生活の知識を習得し、豊かな心をもって、主体的に健康を考え、食を選択する習慣を形成するためには、個人・家庭での取組が不可欠です。夫婦、親子、友人同士、職場の同僚同士、地域の人々相互の間に、食育の「動き」を創り、それを「育み」、「発展させる」仕組みづくりを重視した取組を進めます。

➤ 施策・事業の重点化により、計画の実効性を高める

食育の推進に関する施策・事業には、さまざまなものがありますが、これらの中から実施優先度の高いものや、庁内の関係各課が連携して横断的に取り組まなければならないものなどを重点事業として設定するとともに、具体的な実施方策を検討し、計画の実効性を高めます。

➤ 計画の進行管理と、評価・改善のしくみを整える

計画に掲げた施策や事業が着実に実施されるよう、庁内における計画の推進体制とともに、進行管理や実施効果の検証などを行う体制を整備し、必要に応じて取組を評価・改善していくこととします。

3-5 基本目標と施策の体系

将来像と基本方針をもとに、本計画では3つの基本目標を設定し、これに沿って施策の体系を展開します。

1 食の自立と健康的な生活を実践する取組の充実

毎食 バランスよく みんなで楽しく 食べます

市民一人ひとりが、自分の健康を自分でつくっていくために、ライフステージごとに必要な食に関する知識と選択力を養い、健全な食生活を実践していくための普及啓発や教育、情報提供等を推進します。

また、食品の安全性に関する情報を的確に理解・判断するなど、食品を適切に選択する力を身につけるために、食品の安全性に関する教育、情報提供等を推進します。

2 農の理解を通じた食を大切にする心の育成

めぐみとまごころに感謝し 大切に 食べます

食に伴う自然の恩恵や生命の尊さ、また生産過程など、食に関する基礎的な知識の理解を深めるために、地域の農業者に協力を要請し、農業体験、地場産野菜を利用した料理体験等、体験活動の機会の充実を図ります。

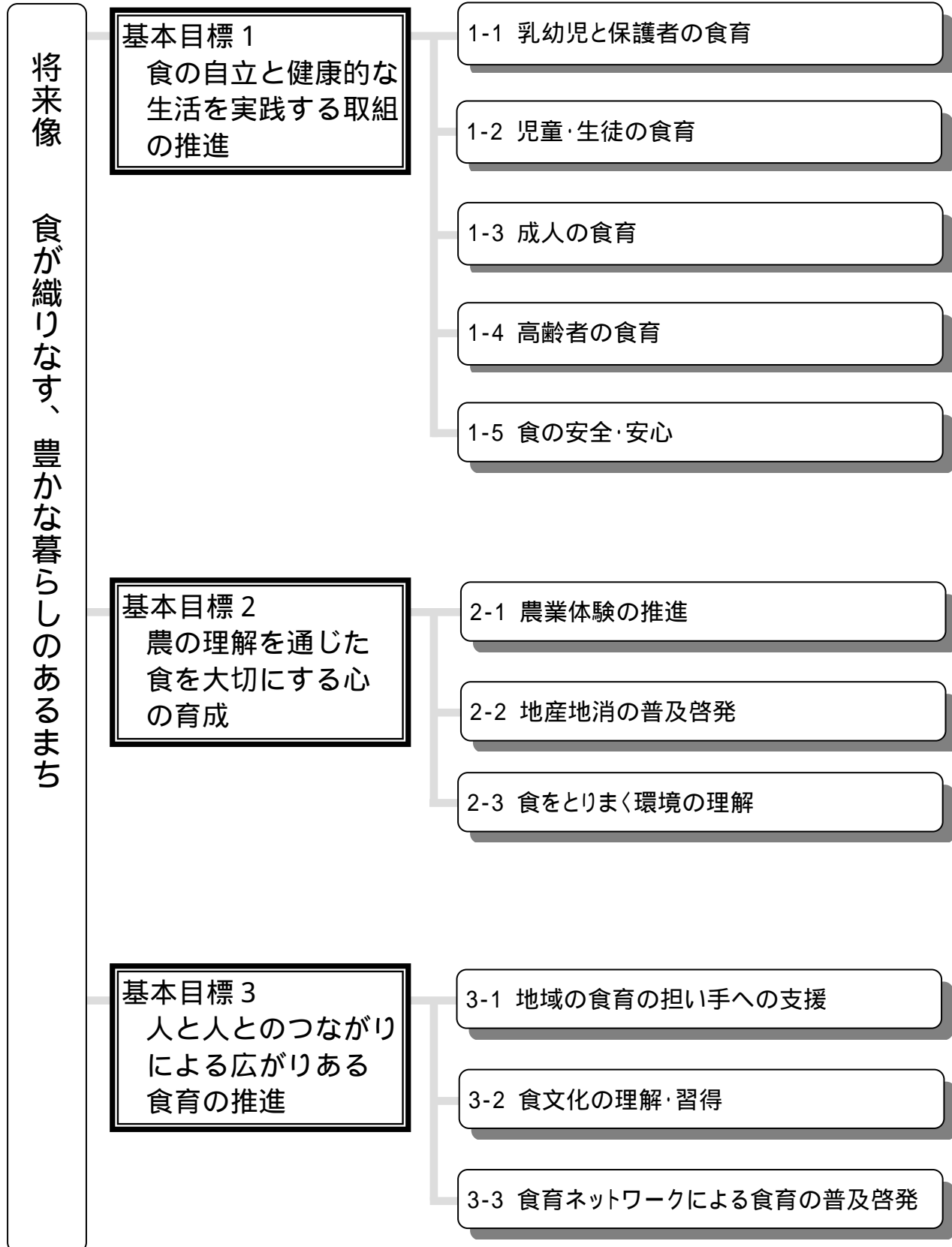
環境に配慮した食料の生産消費の視点から、地場産の食材等を利用した食事の摂取・提供など、地産地消の普及啓発に努めるとともに、環境に調和した食の実践について、意識啓発、情報提供等を推進します。

3 人と人とのつながりによる広がりある食育の推進

伝えあい 守り育てながら 食べます

個人・家庭で生じた食育の取組を「育み」、「発展させる」ために、家庭を取り巻く地域の食育の担い手を養成するなど、地域の取組の活性化を図るほか、家庭から失われつつある地域の伝統食、行事食などの食文化を継承していく仕組みの充実を図ります。さらに、地域の食育に関係する団体相互の連携を図るなど、広がりある食育の推進を図ります。

食育推進計画 施策の体系図



- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| 1) 妊産婦の食生活講義・実習 | 5) 保育園食育計画の推進 |
| 2) 乳幼児健診などの栄養相談 | 6) 保育園栄養指導・食事指導・料理保育の実施 |
| 3) 乳幼児期の栄養講座 | 7) 保育園保護者への食育啓発 |
| 4) 妊娠期から幼児期の歯科に関する健診・相談・講座 | 8) 地域の子育て家庭への食育支援 |

- | | |
|------------------|-----------------------|
| 1) 食育指導体制の整備 | 3) 家庭・学校・地域が連携した食育の推進 |
| 2) 学校給食を活用した食育指導 | 4) 食育に関する研究・研修体制の充実 |

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| 1) 肥満等生活習慣病予防のための講演会・食生活教室・出前講座 | 4) 特定健康診査・特定保健指導 |
| 2) 栄養相談 | 5) 成人の歯科に関する健診・相談・講座 |
| 3) 対象者に応じた料理講習会 | |

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 1) 高齢者食事サービス | 4) 歯科相談 |
| 2) 高齢者食生活教室（介護予防元気講座） | 5) 食を楽しむ機会の提供 |
| 3) 男性の基本料理教室 | 6) 特定高齢者を対象とした訪問相談 |

- | | |
|------------------|------------------------------|
| 1) 食品安全情報の発信 | 3) 食の安全・安心に関するリスクコミュニケーション事業 |
| 2) 食の安全・安心に関する学習 | |

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 1) 体験農園、市民農園、家族農園事業 | 5) 保育園栽培体験事業 |
| 2) 景観散策事業 | 6) 小学校学校農園の活用及び体験学習の推進 |
| 3) 援農ボランティア事業 | 7) 中学校農業体験学習（職業体験）の充実 |
| 4) 東大農場連携事業 | 8) はたけの学校事業 |

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| 1) 市立保育園給食への地場産農産物の活用 | 4) 直売所情報など地場産農産物購入機会の提供 |
| 2) 小学校給食への地場産農産物の活用 | 5) 「食育・地産地消推進店」の認定制度 |
| 3) 中学校給食への地場産農産物活用の検討 | 6) 地場産農産物を活用した特産品づくりの検討 |

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| 1) 学校でのフードマイレージ・食料自給率等の学習 | 3) 生ごみたい肥化の推進 |
| 2) 資源循環・フードマイレージ等に関する環境学習 | 4) B D F等を活用した資源循環の取組 |

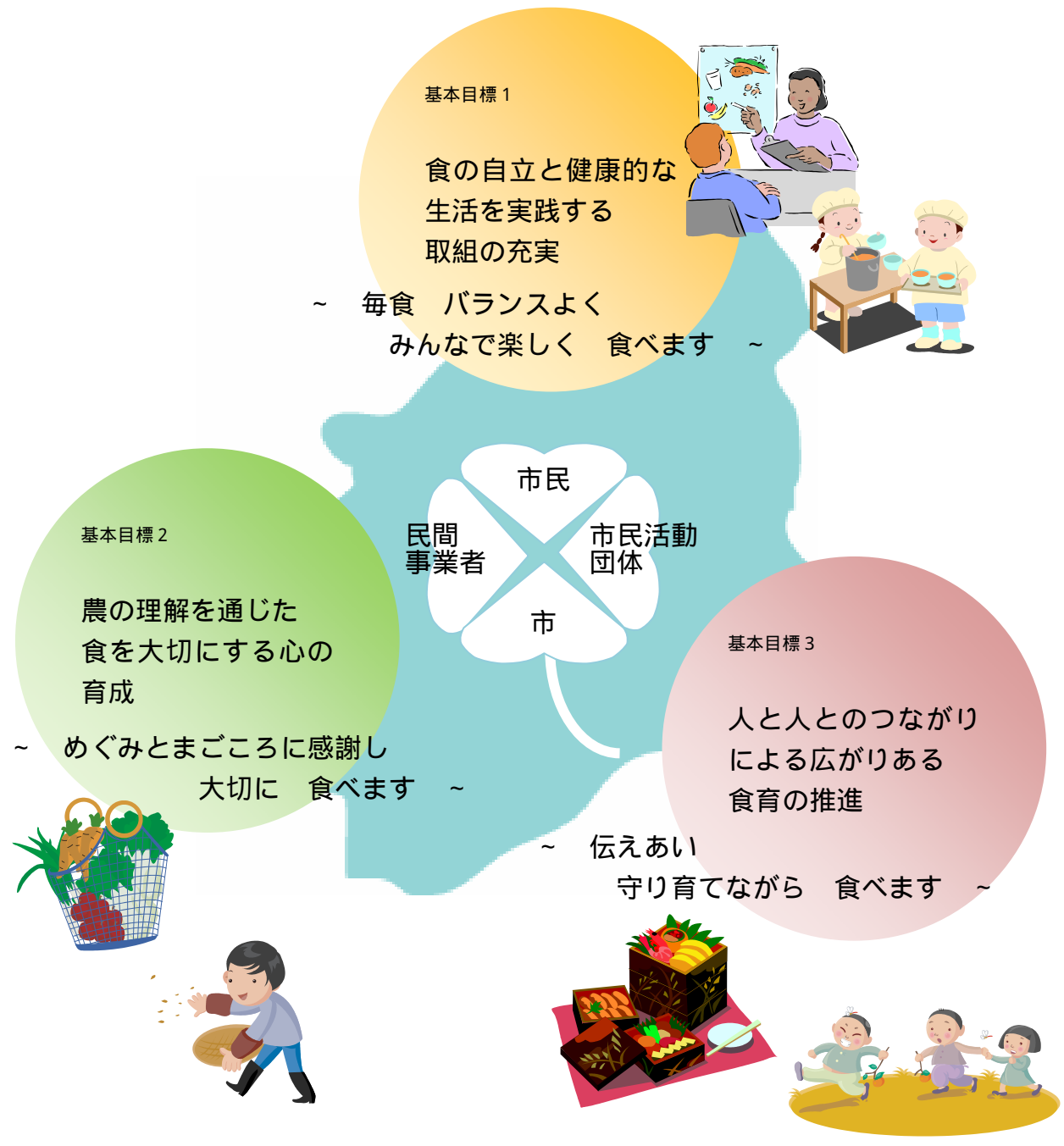
- | |
|-------------------------|
| 1) 食育の担い手の養成 |
| 2) 食育に関するNPO等地域活動団体への支援 |

- | |
|-----------------------------|
| 1) 保育園給食での伝統食、行事食など食文化の伝承 |
| 2) 地域子育て支援センターによる地域の食育情報の発信 |
| 3) 小学校給食での伝統食、行事食など食文化の伝承 |

- | | |
|--------------------|------------|
| 1) 行政関係機関の食育ネットワーク | 2) 食育の普及啓発 |
|--------------------|------------|

西東京市食育推進計画の将来像

食が織りなす、豊かな暮らしのあるまち



図の中央の“四つ葉”は、「市民」「市民活動団体」「民間事業者」「市」が、それぞれの役割にもとづき、食育に積極的に取り組む姿を表す“ハート”で構成されています。「市民」「市民活動団体」「民間事業者」「市」は取組の主体であるとともに、他の主体から働きかけを受ける対象でもあります。互いに対等な立場で連携し食育を推進していく姿を、“ハート”の中心を寄せた“四つ葉”で表現しています。

3-6 市民が取り組む食育目標

食は、365日の営みであり、何よりも市民一人ひとり、家族や仲間との取組が大切です。本計画は、市民活動団体や市民や市など様々な団体が、計画の将来像実現に向けて、食育に取り組み、推進していくものですが、なかでも市民一人ひとりの食育の取組を盛り立てるために、ライフステージに応じた目標の目安を、「実現したい姿」として分かりやすくまとめました。

食育標語	ライフステージ	発達や健康の特徴	市民の行動指針	家族や地域で実現したい姿	関連の深い施策									
					基本目標 1	基本目標 2	基本目標 3							
毎食バランスよく みんなで楽しく食べます ・早寝早起きで、朝食を欠かさずとっている ・野菜をたっぷり、栄養のバランスをとり、よく噛んで食べている ・はしの持ち方、姿勢など食事のマナーが身に付いている ・食の安全に関心をもっている	乳幼児期 0～5歳 	体の発育が盛んで、見る、触る、味わうなどの感覚が発達し、自分の周りのものに対する好奇心が強くなる時期です。	食べる意欲を育てる 発達段階に応じた適切な食への対応を行う 子どもの食への興味を育て、楽しむ	安心と安らぎの中で授乳される心地よさを味わう 正しいはしの持ち方など、食事のマナーを身に付けることを始める 早寝早起きの生活リズムを整え、規則正しく野菜たっぷりの食習慣を身に付けている 家庭での手伝いを通して食材や調理に関心をもっている	1-1 乳幼児と保護者の食育	1-2 児童・生徒の食育	1-5 食の安全・安心	2-1 農業体験の推進	3-1 地域の食育の担い手への支援					
	学童期 6～12歳 	体力や運動能力が向上し、自分でできることの範囲が広がる時期です。	食の体験を拡げ選ぶ力をつける 子どもが自ら振り返り、自己の課題にきづき健康への意欲、態度を育てる 家族ぐるみで望ましい食習慣を形成する	はしの持ち方や姿勢など食事のマナーが身についている。 栽培、収穫などの農作業や、調理経験を通じて食材や食について知り、理解している 家族ぐるみのつきあいで、食の共同作業の経験をもっている						1-3 成人の食育	2-2 地産地消の普及啓発	2-3 食をとりまく環境の理解	3-2 食文化の理解・習得	3-3 食育ネットワークによる食育の普及啓発
	思春期 13～18歳 	体の発達がほぼ完了し、いろいろな生活習慣を自分で整えることができるようになる時期です。	食を自己管理する力を鍛える よりよい健康生活を自ら実践し、試行錯誤から学ぶ	食生活と健康について学び、バランスの取れた食事を実践している 食の安全や環境への配慮について、知識をもち、無駄や食べ残しを減らすなどの実践をしている 家族や地域ぐるみでの食の共同作業経験などを通して、自らの食のスタイルを身に付ける										
	青年期・壮年期 19～64歳 	心身ともに充実し、職場や地域社会で活発に活動する時期です。 その一方で、健康上問題となる行動が蓄積され、体の機能の低下とともに、生活習慣病が増加する時期です。	食生活を確立し、見直し、次世代に伝える 子育てを契機に家族ぐるみで食への関心を高め、体験を共有する活動内容に応じた適切な食事を選択する方法を身に付ける 地域ぐるみで食への関心を高める健康面から不規則な生活や、バランスをくずした食事を見直す	家族ぐるみで、早寝早起きの生活リズムを整え、規則正しく野菜たっぷりの食習慣を実践している 家族ぐるみで、地域の農や食に関心をもち、生活に取り入れている 身近な地域で、行事食や伝統食を経験したり教わる機会がある 肥満予防に関心をもち、活動の実態に即して、現実的な健康増進への取組を行っている 地域ぐるみで、作物を栽培、収穫し、仲間と共に食事を楽しむ機会がある										
伝えあい、 守り育てながら食べます ・行事食や伝統食を生活に取り入れている ・家庭や身近な地域で食事について相談したり、教わる機会がある ・家庭や身近な地域で共に食事をつくり、楽しむ機会がある	高齢期 65歳～ 	退職や子どもの自立などにより、生活が変化します。健康状態の個人差がでる時期です。	生活への意欲を維持し、食を楽しむ コミュニケーションを図り、食を含む生活への意欲や関心を高める 食の内容が低栄養になる事を予防する	外出や人とのつきあいを活発にして、生活の意欲を高めている 地域ぐるみで、仲間と共に食事を楽しむ機会がある 体調に応じて、食事の相談をできる人が身近な地域にいる	1-4 高齢者の食育									

