

第2期奈良県食育推進計画の概要と 重点的に取り組むべき課題について

第2期食育推進計画の概要

- 【基本理念】 「食」を通して健全な心身を培い、豊かな人間性を育む
【基本目標】 「食育」により健康な心身をつくり、健康長寿をめざす

【基本的な考え方】

- 家庭の場を重視した、食育の取り組みの推進
- 将来の健康長寿に向けた、子どもへの食の働きかけの徹底
- 誰もが楽しく容易に実践できる、ライフステージに応じた健康食生活の提案

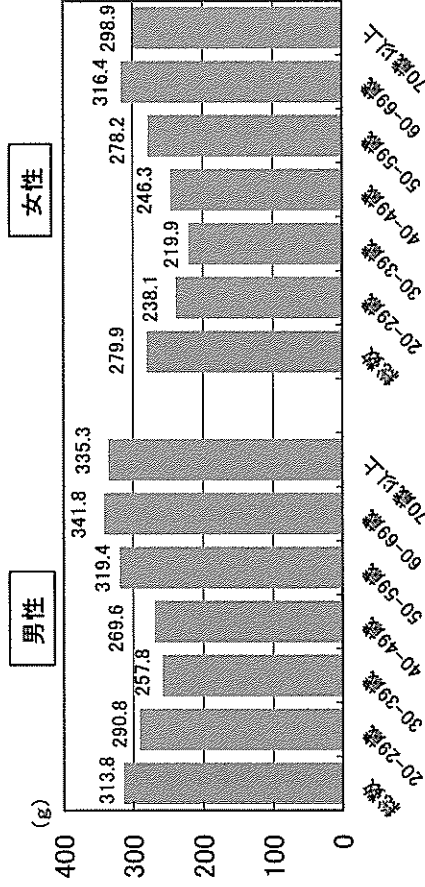
【食育に関する課題】

1. ライフステージに応じた食育の推進
2. 家族と一緒に食事ができるための食育
3. 自分で調理する能力
4. 歯の健康維持
5. 食育を進めるための環境づくり
6. 食育を広めるための体制づくり

重点的に取り組むべき課題について

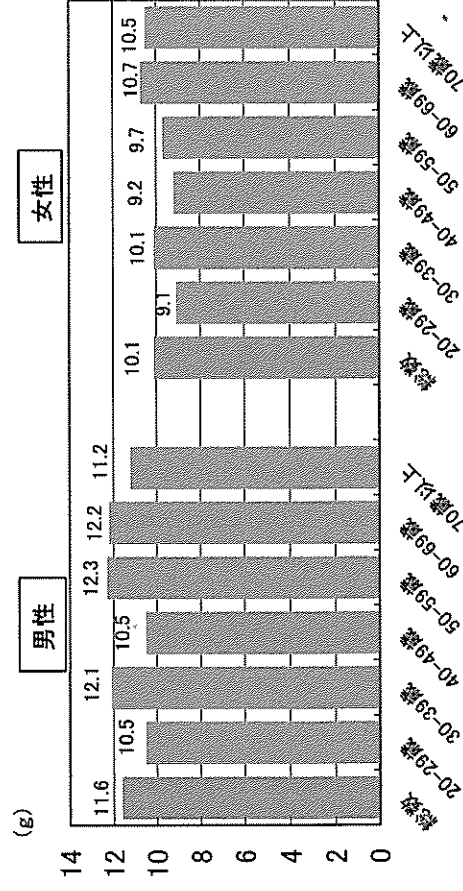
【野菜摂取の現状(H23)】

- ◆男女とも1日野菜摂取量は目標の350gに達していない
- ◆男女とも30歳代が最も野菜摂取量が少ない



【塩分の摂取状況(H23)】

- ◆男女とも1日塩分摂取量は目標の8gに達していない
- ◆若い世代では、男女とも30歳代で塩分摂取量の増加がみられる



＜今後重点的に検討が必要な課題＞

- ①子育て世代等の健康に関心の低い世代に対する「食」を通じた健康意識の醸成
- ②健康なからだをつくるための幼児期からの食育の推進
 - ・学校給食の充実、保育所での食育など
- ③減塩と野菜摂取促進の取組方策
 - ・様々な家族の状況や生活環境等の多様化に応じた野菜摂取の推進
- ④野菜摂取が健康寿命の延長や生活習慣病の予防にもたらす効果の研究