

第3章 奈良県が目指す食育

1. 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

この基本理念は第1期奈良県食育推進計画を策定した際に掲げたものであり、本計画でも継承します。

すべての県民が生涯にわたり様々な経験を通じて「食」に関心を持ち、「食」の安全や栄養、食文化などの「食」に関する知識を身につけ、健全な心身を培うための「食」を選択する力を養うとともに、「食」に対する感謝の気持ちや「食」を大切にすることを心を持った豊かな人間性を育むことを基本理念とします。

2. 目指す姿

基本理念を踏まえ、計画の推進による将来の県民の姿として次の4点を掲げます。

- 県民が健康的な食習慣を習得し、実践できる
- 子どもが「食」と「健康」に関心をもち、健康的な食生活を実践できる
- 県民が県産農畜水産物に関心をもち、消費拡大が進む
- 県民が「食」や「食の安全」に関する知識と理解を深め、自らの食生活を適切に判断、選択できる

3. 基本方針

目指す姿の実現にむけて、4つの基本方針を掲げ、実効性のある施策を展開します。

I 健康寿命の延伸にむけた食育

健康寿命の延伸には、生活習慣病の発症と重症化予防及びフレイル予防や低栄養予防の取組が不可欠であり、健全な食生活をおくることはその対策として重要です。

県では、県民一人ひとりが必要な知識や技術を習得し、健全な食生活を自ら主体的に実践できるよう、目的と対象を明確にした食育を推進するとともに、健康に関心の薄い方を含む幅広い世代を対象に意識せずとも自然に健康になれる持続可能な食環境づくりに取り組みます。

II 次世代の健全な食習慣形成のための食育

生涯にわたる健全な食生活の基礎を形成するため、子どもの頃からの食育は大切であり、家庭は重要な役割を担います。

県では、すべての子どもが食を楽しみ、健全な食に関する知識や実践力を身につけられるよう、家庭、地域、学校等が連携して食育を推進します。また、子どもの保護者世代を対象に、自らが食に関心を持ち、生活習慣や食習慣の改善を図るための取組も併せて推進します。

III 奈良の食の魅力向上のための食育

食は栄養を補うものだけでなく、楽しみや文化的・精神的な豊かさを与えてくれるものです。県の農産物や食文化を守り、県民が健康で誇りをもって暮らせるよう、奈良県の特色ある食の継承・発展を目指すため、環境と調和した消費の啓発や県産農畜水産物、郷土料理など魅力的な食を広く発信し、次世代に継承する食育を推進します。

IV 食を支える環境づくり

すべての県民が食育を理解し、自らが主体となって食育活動を実践するために、食育に関わる人材の育成や資質の向上、ボランティア等の地域団体・関係団体の活動強化、市町村の取組支援等、食育推進体制の整備充実を図ります。

また、情報発信等について、デジタル技術を活用した食育を推進します。