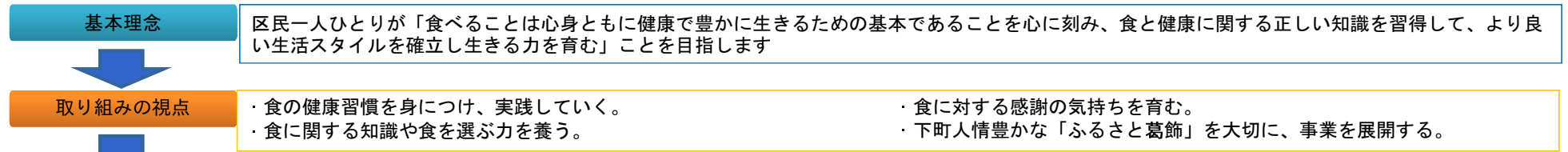


# 葛飾区食育推進計画(平成30年度改定)の体系(案)

☆改定のポイント：葛飾区食育推進計画(平成27年度改定)に基づき、さらに食育を推進するため、これまでのライフステージに新たに「高齢期」を加え、細分化した。健康寿命の延伸に向け、心身の育成に重要な子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯を通じた取り組みを進めていく。



食育推進計画 (全体目標) 食育に関心を持っている区民(20歳以上)の割合(現状)65.2% ⇒ (目標)70%

< 取り組みの指標 >

指標	対象年齢	現状	目標
1 朝食をとる区民の割合	3歳児	96.1%	100%
	小学生	88.1%	100%
	中学生	81.0%	100%
	20歳以上	75.1%	80%
2 栄養バランスに注意している区民の割合	20歳以上	74.2%	80%
3 よく噛んで食べる区民の割合	20歳以上	39.4%	50%
4 適正体重の区民の割合	20歳以上	67.2%	70%
5 適正体重の高齢者の割合	65歳以上	56.5%	60%
6 野菜を毎食とるようにしている区民の割合	20歳以上	75.1%	80%
7 塩分をひかえめにしている区民の割合	20歳以上	45.9%	60%
8 主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしている区民の割合	20歳以上	46.0%	60%
9 食の安全について関心を持っている区民の割合	20歳以上	90.0%	95%
10 食品を購入するときに表示等を確認している区民の割合	20歳以上	66.7%	80%
11 食べ残しや食品の廃棄を減らす心がけをしている区民の割合	20歳以上	85.7%	90%
12 健康に配慮した食や情報を提供する飲食店等の数	かつしかの元氣食堂登録数+かつしか知っ得メモ配置店	367店	400店

## 基本目標1 区民のライフステージに応じた食育

生涯を通じて食の文化・知識・行動を育み、規則正しい生活習慣の基礎を身につけることを推進します

- ・ステージ1 乳幼児期 (妊産婦を含む)**
  - ・ 妊娠期からの食に関する基本的な知識・行動の普及
  - ・ 発達にあわせた食を通じての食べる楽しさの習得
  - ・ 食物アレルギーに関する正しい知識の普及
- ・ステージ2 児童・生徒期**
  - ・ 葛飾区の特徴を生かした教育(給食)や体験を通して、食べ物を大切にする心の醸成
  - ・ 早寝・早起き・朝ごはん、よく噛んで食べる習慣づくり
  - ・ 家族や親しい人と食事を共にする楽しさやマナーを知り、良好な人間関係の構築
  - ・ アレルギーを含む食と健康に関する基本的な知識の普及
- ・ステージ3 青年・成人期**
  - ・ 食に関する正しい知識を学び、理解を深め、望ましい食生活の実践
  - ・ 体の変化に合わせた生活習慣を意識し、一人ひとりの健康状態に合わせた食生活の支援
- ・ステージ4 高齢期**
  - ・ 口腔機能(摂食・嚥下)の維持の支援や知識の普及
  - ・ 低栄養やフレイル\*の予防につながる食生活の知識の普及と支援
  - ・ 健康長寿のために地域で健康的な食を支える取組の推進

## 基本目標2 生活習慣病の予防・改善につながる食育

健康に関心を持ち、自己管理能力を身につけ、健康の維持・増進に努めることを推進します

- ・ 適正体重の維持や自分に合った食習慣の確立など自己管理能力の習得
- ・ 区民に向けた食の知識や健康情報の発信
- ・ 地域における食育の推進をサポートする人材の育成と活動支援
- ・ 地域力を生かし、区民との協働や連携した事業を展開

## 基本目標3 食の安全・安心・環境のための食育

食に関する正しい知識を習得し、食の循環を意識した地域づくりを推進します。

- ・ 食の生産・流通・製造者と消費者との交流の促進
- ・ 区民が安心して購入できる食品の安全確保や適切表示の徹底
- ・ 食品の安全・安心・アレルギー等の情報提供と知識の普及
- ・ 食品ロスの軽減や食の循環のための環境づくりの推進

※ フレイル: 加齢とともに心身の活力が低下し、生活機能障害・要介護状態・死亡などの危険性が高くなった状態。