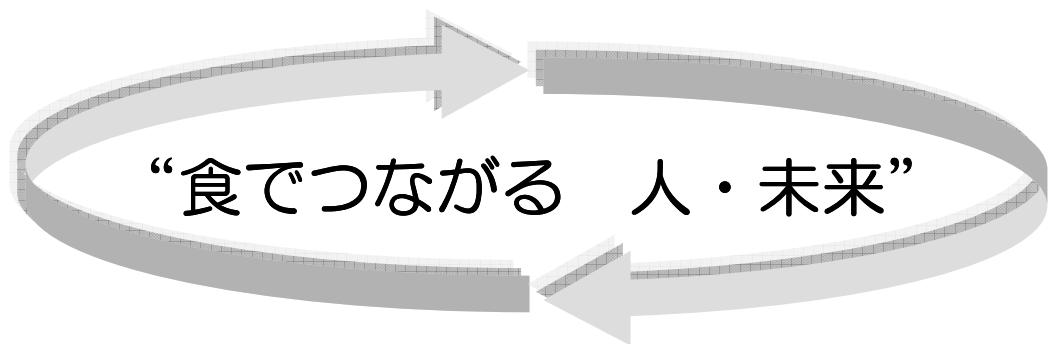


## 第2章 基本理念と基本目標

### 1. 基本理念

泉大津市では、次代を担う“子ども”に焦点をあて、食の大切さを理解し、食への感謝の念を持つための“体験活動”を推進するとともに、行政はもとより、地域における既存の食や食育に関する取り組み等を有効活用、拡充するという考え方のもと、以下の様な基本理念を掲げ、食育を推進していきます。



様々な世代間のつながり、地域のつながりなど、人と人とのつながりを大切にし、体験活動（特に農業に関する体験活動<sup>\*</sup>）を通して、食べることの楽しさや大切さを心と体で感じ、命を大切にできる子どもを育むとともに、子どもを中心に、保護者や周囲の大人など市民一人ひとりにつながる「食育」をめざします。

そして、子どもたちが成長し、次の世代へその知識や心を伝えていくことができるよう、未来につながる「食育」をめざします。

#### ★農業に関する体験活動＝教育ファーム\*

体験者が、実際に農林水産業を営んでいる方の指導を受け、同一人物が、同一作物（米、野菜、果物等の食用の作物）について2つ以上の作業を、年間2日以上行う活動のことを言います。（一連の農作業等の体験の機会を提供する「教育ファーム」と同様の定義となります）

## 2. 食育推進の基本目標

泉大津市の食を取り巻く現状（第3章参照）などを踏まえて、基本理念を達成するための基本目標を以下の様に設定します。

市民一人ひとりが、基本理念「食でつながる 人・未来」や基本目標を踏まえて、できることから積極的に取り組みましょう。

また、行政をはじめ地域、関係機関・団体や保育所、幼稚園、学校、事業者や生産者は、市民一人ひとりが基本目標に取り組めるよう、連携・協働して環境づくりなどの支援を進めます。

### 【基本目標1】

#### 食育に関心を持ち、情報を正しく理解して、実際に行動しよう

食に関する情報が氾濫しているなか、食育の認知度は高いものの、関心は薄く、行動につながっていないケースが多くあります。

- 食や食育の必要性・重要性をしっかりと理解して、関心を持ちましょう。
- 食に関する正しい情報を選ぶ力を身につけるとともに、「聞いたことがある」「関心・興味がある」「内容を理解している」といったレベルにとどまらず、一步踏み込んで、実際に行動しましょう。

### 【基本目標2】

#### 食べるもの、食べることを大切にしよう

実際に食物の生産などに触れる機会が少なくなるなか、食べ残しなどを「もったいない」と感じない人や、「いただきます」「ごちそうさま」といったあいさつをしない人も少なからずおり、食への感謝の念が薄れつつあります。

- 地域や家庭、学校などで、食物を育て、収穫し、調理するなどの体験活動や郷土料理\*などの食文化に触れることで、食べるものや食べることを大切にする気持ち、感謝する気持ちをもちましょう。

### 【基本目標3】

#### 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活や 歯・口の健康づくりを実現しよう

朝食の欠食や就寝時間の遅延化など、生活リズムの乱れが顕著になっています。生活リズムや生活習慣の乱れは、食生活にも悪影響を及ぼし、肥満や低栄養、生活習慣病などの原因となります。

- 子どものころから早寝・早起きなどの正しい生活リズムを確立し、朝ごはんをしっかりととりましょう。
- 朝・昼・夕食において、バランスのとれた食事をとりましょう。
- 食を支えるためにも、歯や口の健康づくりを進めましょう。

### 【基本目標4】

#### みんなで、楽しく、おいしく食べよう

家族と一緒に暮らしていても、一人で食事をとる「孤食」が問題となっており、食事を楽しいと感じない人も少なからずいます。

- 食を通じたコミュニケーションは、食の楽しさを実感させ、精神的な豊かさをもたらすことから、家族や友人・仲間などみんなで食卓を囲むことを心がけ、楽しくおいしく食事をとりましょう。

