

V ライフステージごとのテーマと取組例

- 食育の取組は生涯を通じて行われるべきことであるため、ここでは、県民の皆様
のライフステージに応じた食育のテーマと、実践していただきたい行動例をま
とめました。
- また、県民の皆様実践していただくために、それを支援する県の取組例をま
とめました。

1 ライフステージごとのテーマと取組例

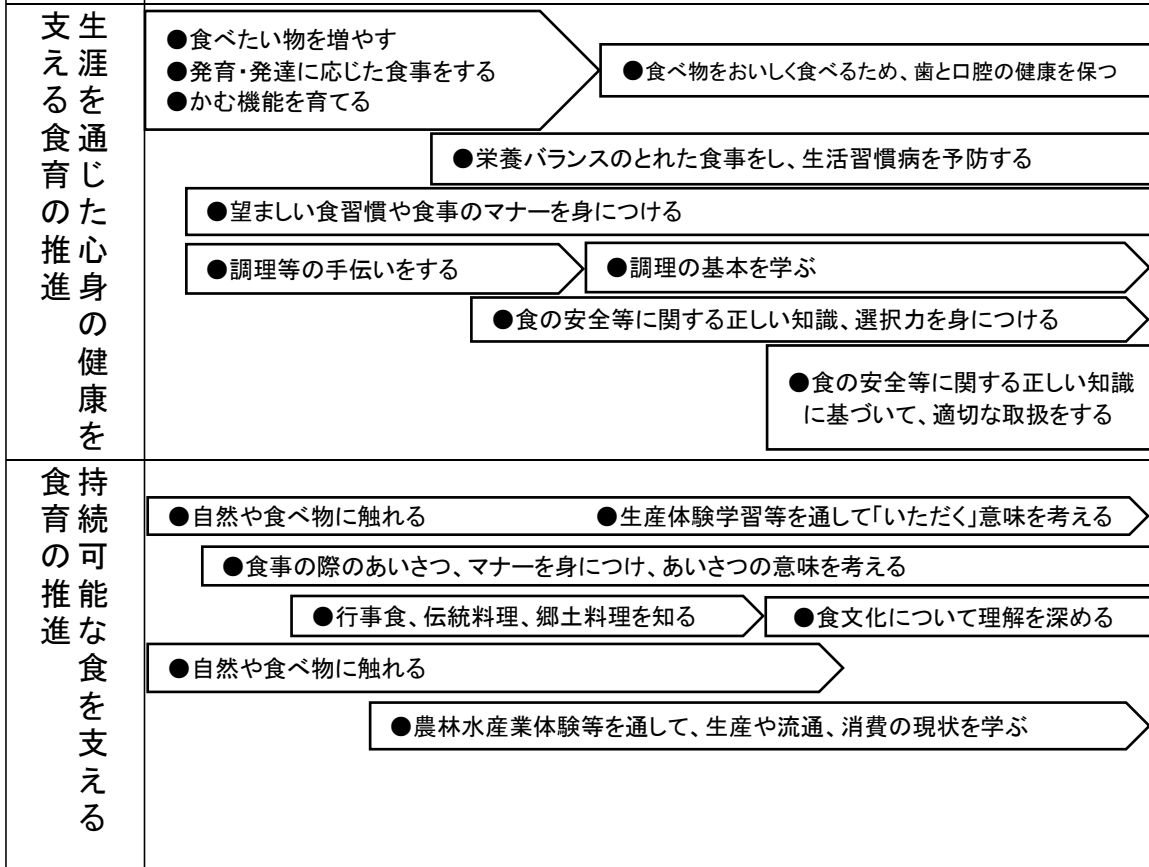
2 食育の取組総括表

1 ライフステージごとのテーマと取組例

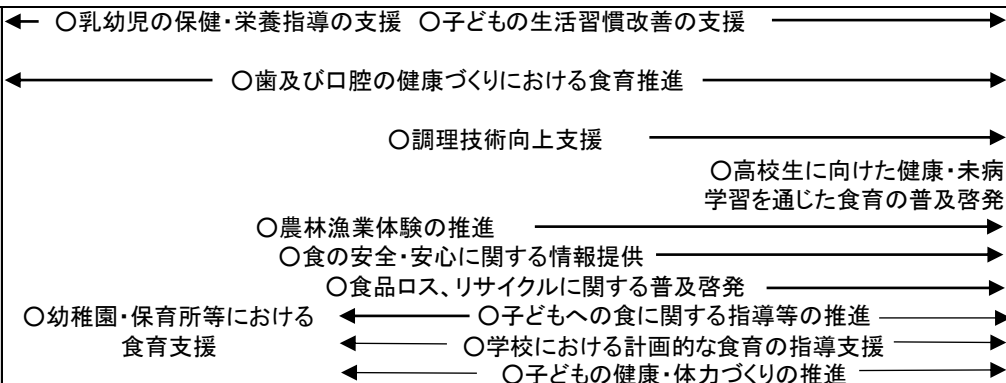
ステージ	乳幼児期 (概ね0～6歳)	学童期 (概ね7～12歳)	思春期 (概ね13～19歳)
テーマ	望ましい食習慣の基礎をつくる	望ましい食習慣を定着させる	自立に向けた望ましい食習慣を確立する
ポイント	<ul style="list-style-type: none"> 様々な食べ物に触れ、関心をもつ 規則正しい生活リズムを身に付ける 家族や友だち等と会話を楽しみながら食事し、マナーの基礎をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> 規則正しい生活リズムを定着させる 生産体験学習や調理をすること等により、食べ物を「いただく」意味を考える 家族や友だち等と会話を楽しみながら食事し、マナーを定着させる 栄養バランスのとれた食事の大切さを知る 食文化に触れる 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスのとれた食事や望ましい食習慣と健康との関係を理解する 食品の安全・衛生等について判断し、適切に取り扱う 食文化への理解を深め、調理をする

基本方針

行動例



県の取組例



青年期 (概ね20～39歳)	壮年期 (概ね40～64歳)	高齢期 (概ね65歳～)
健全な食生活を実現する	健全な食生活の維持と健康管理を行う	食を通じた豊かな生活を実現する
<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養バランスを考えた食事をする ・ 正しい知識に基づいて食に関する情報を選択する ・ 自らが家庭における食育に取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活習慣や食生活を再点検し、健康管理に努める ・ 自らが家庭における食育に取り組む ・ 伝統料理などの食文化を次世代に継承する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人との交流を保ち、心豊かな暮らしを目指す ・ 地域のボランティア活動等に積極的に参加し、知識を継承する ・ 伝統料理などの食文化を地域等に継承する ・ 健康状態に応じた食生活を実践する

行 動 例

●食べ物をおいしく食べるため、歯と口腔の健康を保つ	●よく噛んで食べる
●栄養バランスのとれた食事をし、生活習慣病を予防する	●会話をしながら、家族、仲間、地域の方々などと楽しく食事をする
●望ましい食習慣を実践する	●体調にあった食生活をおくる
●栄養バランスを考えた調理をしたり、家庭や地域で継承していく	
●食の安全等に関する正しい知識に基づいて、適切な取扱をする	
●次世代に食のありがたさ、大切さ、知識を伝える	
●食文化への理解を深め、行事食・伝統料理などの食文化を継承していく	
●農林水産業体験等を通して、地場産品への関心を高め、地産地消を推進する	
●生産者の苦労を認識し、食品廃棄の減量、リサイクルに努める	

←	○食生活改善の普及啓発	→	
←	○食育普及啓発イベント等の開催	○食育推進団体との連携・支援	→
←	○歯及び口腔の健康づくりにおける食育推進	→	
←	○介護予防関連事業の実施支援	→	
←	○調理技術向上支援	→	
←	○農林水産資源の回復、地産地消推進のための取組支援	→	
←	○食の安全・安心に関する情報提供	→	
←	○食品ロス、リサイクルに関する普及啓発	→	
←	○消費生活に関する情報提供	→	

2 食育の取組総括表

基本方針	取組名	取組掲載ページ	ライフステージ					
			乳幼児期 (0～6)	学童期 (7～12)	思春期 (13～19)	青年期 (20～39)	壮年期 (40～64)	高齢期 (65～)
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	子どもの生活習慣改善の支援	p.31	○	○	○			
	社会教育関係団体を通じた情報提供			○	○			
	調理技術の向上支援			○	○	○	○	○
	市町村が行う乳幼児の保健・栄養指導の実施支援		○					
	和食、日本型食生活、行事食、伝統料理の普及啓発		○	○	○	○	○	○
	子どもの健康・体力づくりの推進	p.33		○	○			
	給食施設への栄養成分表示等の指導		○	○	○	○	○	○
	学校における計画的な食育の指導支援			○	○			
	子どもへの食に関する指導等の推進			○	○			
	学校給食に係る表彰及び研修等の実施			○	○			
	幼稚園・保育所等における食育支援		○					
	県立社会福祉施設における食育の推進		○	○	○			
	子どもの未病対策応援プログラムの実施		○					
	食育を推進するための人材養成			○	○	○	○	
	未病センターにおける健康支援プログラムの実施		○	○	○	○	○	○
	食生活改善の普及啓発		○	○	○	○	○	○
	食・栄養に関するリーフレットの作成		○	○	○	○	○	○
	生活習慣病予防の知識の普及啓発			○	○	○	○	○
	食生活改善推進員の活動の支援	○	○	○	○	○	○	
	介護予防関連事業の実施の支援	p.35					○	
	口腔機能の健全な育成及び維持向上の支援	○	○	○	○	○	○	
	オーラルフレイル健口推進員の養成と活動支援	○	○	○	○	○	○	
	栄養サポートセンターの展開	○	○	○	○	○	○	
	健康に配慮した惣菜・弁当の開発等				○	○	○	
	事業所給食を通じた情報提供				○	○	○	
	子どもの居場所づくりと連携した食育の推進	p.36	○	○	○			
	高齢者の通いの場の取組への支援						○	
	災害時に備えた食育の推進	○	○	○	○	○	○	
	食育普及イベントの開催	○	○	○	○	○	○	
	食育推進団体との連携・支援	○	○	○	○	○	○	
	かながわ食育推進県民会議の開催	p.37	○	○	○	○	○	
	かながわ食育出前講座の実施	○	○	○	○	○	○	
	かながわ食育月間の推進	○	○	○	○	○	○	
	若い世代に向けた食育の普及啓発	p.38			○	○		
	学生食堂・社員食堂における健康メニューの提供			○	○	○	○	
	栄養表示等の普及啓発			○	○	○	○	
	食品の安全性に関する情報提供			○	○	○	○	
	消費生活に関する情報提供			○	○	○	○	
	食品表示法に基づく食品表示に関する情報提供	○	○	○	○	○	○	
	かながわ食の安全・安心基礎講座の開催	p.39				○	○	
	かながわ食の安全・安心キャラバンの開催					○	○	
	食の安全に関する出前講座の実施			○	○	○	○	
保健福祉大学における公開講座の開催			○	○	○	○		
食物アレルギーへの理解促進	○	○	○	○	○	○		
衛生研究所における施設公開の実施	p.40	○	○	○	○	○		
県民の食に関する実態の把握		○	○	○	○	○		
食の安全等に関する調査研究の実施					○	○		

基本方針	取組名	取組掲載ページ	ライフステージ						
			乳幼児期 (0～6)	学童期 (7～12)	思春期 (13～19)	青年期 (20～39)	壮年期 (40～64)	高齢期 (65～)	
持続可能な食を支える食育の推進	子どもの生活習慣改善の支援	p.41	○	○	○				
	社会教育関係団体を通じた情報提供			○	○				
	調理技術の向上支援			○	○	○	○	○	
	和食、日本型食生活、行事食、伝統料理の普及啓発		○	○	○	○	○	○	
	学校における計画的な食育の指導支援	p.42		○	○				
	子どもへの食に関する指導等の推進			○	○				
	学校給食における県内産農林水産物の活用促進			○	○				
	学校給食に係る表彰及び研修等の実施			○	○				
	学校給食用牛乳を通じた食育の理解促進			○	○				
	幼稚園・保育所等における食育支援		○						
	県立社会福祉施設における食育の推進		○	○	○				
	子どもの未病対策応援プログラムの実施		○						
	食育を推進するための人材養成			○	○	○	○	○	
	未病センターにおける健康支援プログラムの実施		p.44	○	○	○	○	○	○
	食・栄養に関するリーフレットの作成			○	○	○	○	○	○
	食生活改善の普及啓発			○	○	○	○	○	○
	食生活改善推進員の活動の支援	○		○	○	○	○	○	
	給食施設への栄養成分表示等の指導	○		○	○	○	○	○	
	子どもの居場所づくりと連携した共食の推進	○		○	○				
	食育普及イベントの開催	p.45	○	○	○	○	○	○	
	食育推進団体との連携・支援		○	○	○	○	○	○	
	かながわ食育推進県民会議の開催		○	○	○	○	○	○	
	かながわ食育出前講座の実施		○	○	○	○	○	○	
	かながわ食育月間の推進	p.46	○	○	○	○	○	○	
	かながわブランド等の展開			○	○	○	○	○	
	地元水産物の消費促進		○	○	○	○	○	○	
	畜産交流の実施と地元畜産物の知名度向上		○	○	○	○	○	○	
	花と緑のふれあいセンターの運営		○	○	○	○	○	○	
	農林水産業についての理解促進		○	○	○	○	○	○	
	食品ロス削減に関する普及啓発	p.47		○	○	○	○	○	
食品リサイクルに関する普及啓発			○	○	○	○	○		
環境保全型農業の推進				○	○	○	○		
都市環境に調和する畜産経営の推進			○	○	○	○	○		
ふるさとの生活技術指導士の活動支援	p.48		○	○	○	○	○		
食事マナーの向上支援			○						

基本方針	取組の方向性
生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進	「食」は命の源であり、私たち人間が生きるためには欠かせないものであることから、未病を改善するための重要な要素としています。県民一人ひとりが食に関する理解を深め、健全な食生活を実践することが、生涯を通じた心身の健康につながることから、栄養バランスに配慮した食事など正しい食習慣を身につけていけるよう取組を推進します。
持続可能な食を支える食育の推進	「食」は、自然の恩恵や、食に関わる人々の様々な行動の上に成り立っており、そのことへの感謝の念や理解を深め、農林水産物の地産地消や食を取り巻く環境への配慮を実践することが持続可能な食につながるため、食に対する感謝の気持ちを培うとともに、神奈川の食に親しめるよう取組を推進します。