

## はじめに



すべての市民が健康でいきいきと暮らしていくうえで「食」は大変重要です。

しかし、人々のライフスタイルや価値観の多様化などにより、食を取り巻く環境は大きく変化してきました。それに伴い、朝食の欠食に代表される不規則な食事、栄養の偏り、肥満や生活習慣病の増加、孤食の増加、食料資源の浪費など様々な問題が生じています。

知立市では、これらの問題に対応していく為、平成 22 年 3 月に「知立市食育推進計画」を策定し「豊かな心と、健康なからだを育む いきいき輝くまち 知立」を目標に家庭や学校、保育園をはじめ、地域や各種団体のみなさまにもご協力をいただき食育を推進してまいりました。

このたび、前計画期間が終了することに伴い、さらなる食育の推進を図るため、「第 2 次知立市食育推進計画」を策定しました。

今回の計画策定にあたり、「知立市食育推進計画（第 1 次計画）」の基本理念を引き継ぎつつ、周知から実践へのステップアップを目指し、「知ってるよ！」から「やってるよ！！」に向け、食育を推進していくこととしました。

「第 2 次知立市食育推進計画」は、全ての市民を対象とした計画ですが、特に、将来を担う子どもたちが、家族との楽しい食事や、農業体験など様々な経験を通じて、「食」に対する感謝の気持ちを持ち、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、「豊かなこころ」と「健康なからだ」を育まれることを願っております。

最後に、本計画の策定にあたり、ご尽力いただきました「知立市保健対策・食育推進会議」の委員のみなさまをはじめ、アンケートやヒアリングにご協力いただきました市民のみなさま、各種団体のみなさまに厚くお礼申し上げます。

平成 27 年 3 月

知立市長 林 郁 夫

## 健康づくり応援キャラクター

# 「かっきー」のプロフィール



「かっきー」は、「健康知立ともだち 21 計画」のイメージキャラクターとして、平成 20 年度に市民からの公募により誕生しました。みなさんの健康づくりを応援するために日々活動しています。

## 目 次

第1章 計画の策定にあたって .....	1
1 計画策定の背景 .....	1
2 計画の位置づけ .....	2
3 計画の期間 .....	2
第2章 これまでの取り組み評価と今後の課題 .....	3
1 これまでの主な取り組み .....	3
2 前計画の最終評価の状況 .....	12
3 アンケートから見た知立市の現状と課題 .....	15
第3章 第2次計画でめざすもの .....	29
1 計画の基本的な考え方 .....	29
2 目標値の設定 .....	31
第4章 取り組みの内容 .....	35
1 食育で心を育もう .....	35
2 食育でからだを育もう .....	39
3 食を取り巻く環境を整えよう .....	41
第5章 各ライフステージにおける取り組み .....	45
1 幼年期（0～6歳頃） .....	45
2 少年期（7～15歳頃） .....	45
3 青年期（16～24歳頃） .....	46
4 壮年期（25～44歳頃） .....	46
5 中年期（45～64歳頃） .....	47
6 高齢期（65歳頃～） .....	47
第6章 推進体制 .....	49
1 計画の公表 .....	49
2 周知・活動戦略 .....	50
第7章 資料編 .....	51
1 行事食について .....	51
2 かんたんやさいちりふ子どもレシピ .....	57
3 策定経過 .....	71
4 委員構成 .....	72
5 知立市保健対策・食育推進会議条例 .....	73
6 指標一覧 .....	75