

第1章 計画の概要

1 食育推進計画策定の趣旨

人が生きていくためには「食べること」が欠かせません。「食」は健康で豊かに生活していく上での基礎となります。

しかし、近年の核家族化の進展や外食産業の隆盛などによる社会構造の変化、共働きの増加及び食に関する情報の氾濫など「食」を取り巻く環境は、大きく変わってきました。その結果、栄養の偏りや朝食の欠食など不規則な食生活が原因で肥満や生活習慣病（※）は増えてきています。

また、食の安全性の問題や食料自給率の低下、食べ残しや廃棄による資源の無駄遣いなど「食」にかかわる様々な問題が生じています。

さらに、ライフスタイルの多様化などの影響を受け、家族や友達等と楽しく食卓を囲む機会も少なくなっているとともに、古くからわが国各地で育まれてきた多彩な食文化も失われつつあります。

国では、このような状況に対応し、平成17年（2005年）7月に「食育基本法（※）」を施行、平成18年（2006年）3月には「食育推進基本計画（※）」を策定して、国民運動として食育に取り組んでいくことを推進しています。

本市でも、国の動向等を踏まえて、「食」に関する正しい知識や適切な判断力を身につけ、一人ひとりが生涯健康で豊かな人間性を育めるように、宝塚の恵まれた自然を活かし、「食」を通じたまちづくりを推進するため、「たからづか食育推進計画」を策定します。

食育とは・・・

- ・ 生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ・ 様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な生活を実践することができる人間を育てること

～ 食育基本法から ～

2 計画の位置づけ

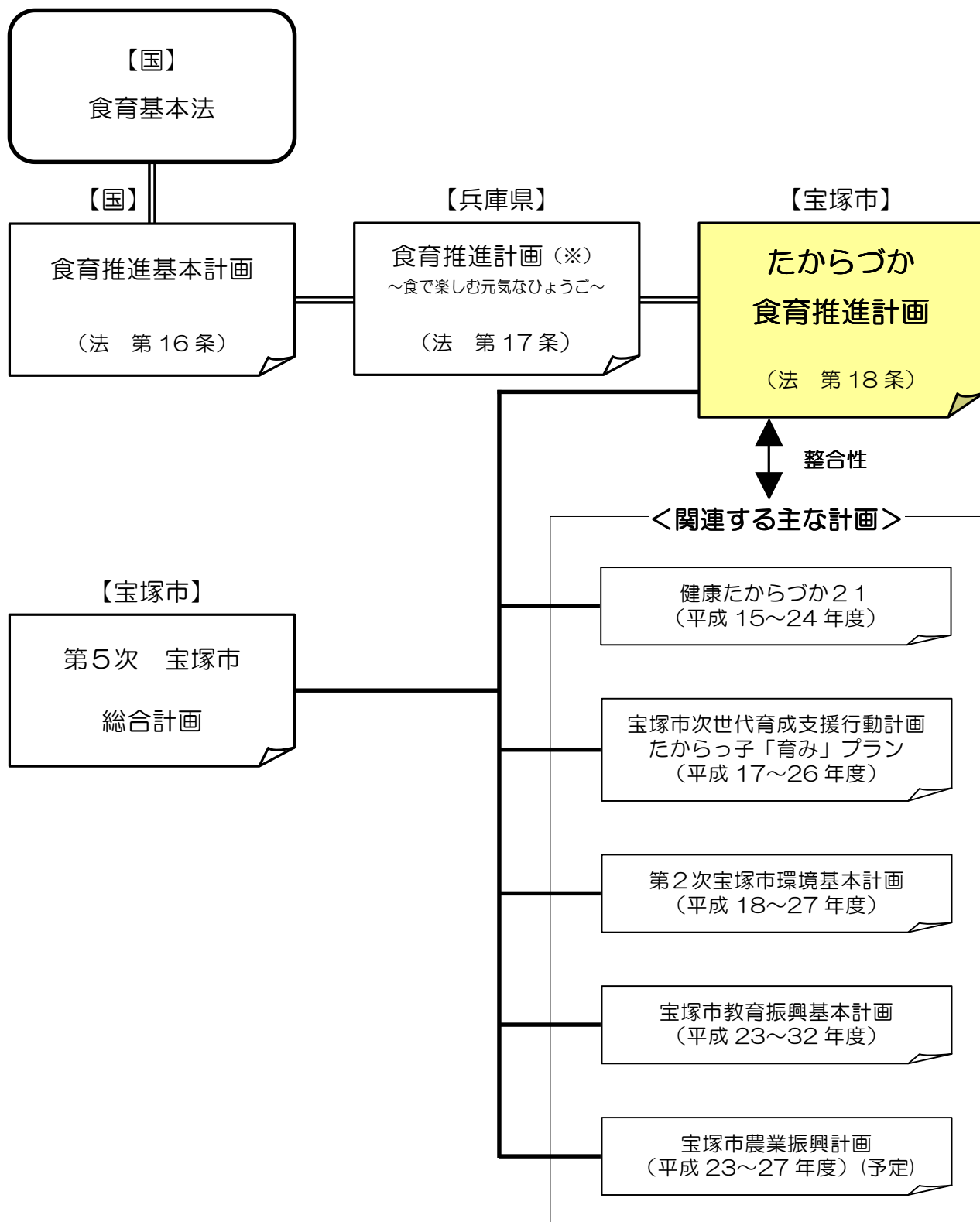
本計画は、食育基本法第18条第1項に基づく市町村食育推進計画で、本市の食育を進めていくための基本的な方針を示すとともに、具体的に推進するための施策の方向性を示すものです。

また、本計画は、国及び兵庫県が定めた食育推進計画に基づき、第5次宝塚市総合計画の下位計画として位置づけ、市の関連計画との整合性を図りながら進めるものです。

＜食育基本法 第十八条＞

- 1 市町村は、食育推進基本計画（都道府県食育推進計画が作成されているときは、食育推進基本計画及び都道府県食育推進計画）を基本として、当該市町村の区域内における食育の推進に関する施策についての計画（以下「市町村食育推進計画」という。）を作成するよう努めなければならない。
- 2 市町村（市町村食育推進会議が置かれている市町村にあっては、市町村食育推進会議）は、市町村食育推進計画を作成し、又は変更したときは、速やかに、その要旨を公表しなければならない。

〈たからづか食育推進計画の位置づけ〉



3 計画の期間

計画期間は、平成23年（2011年）4月から平成28年（2016年）3月末までの5年間とします。

ただし、計画期間において、社会情勢の変化や施策進捗状況等により、必要に応じて、見直しを行います。



豆知識

『知っておきたい豆知識 ①』

どうして「日本食」っていいのかな？

日本人の腸の長さは、欧米人に比べて長いといわれています。

なぜなら、長い間、日本人は、消化に時間のかかる「穀類や野菜」を中心に食べていたため、それに合うように腸が長くなっているからです。

反対に、欧米人は繊維が少なく腸に残りにくい「肉料理」が中心であるため、腸は短くてもよいといわれています。

日本の食生活は急速に欧米化していますが、腸の長さがこの変化に追いついていない現在、大腸がん等、腸の病気の増加が心配されています。

やはり日本人には、日本人にあった米を中心に、魚や大豆を主菜とした日本食が一番なのです。