

## 1 はじめに

私たちの食生活は、ライフスタイルの多様化などに伴って大きく変化してきました。そして、日本の「食」の危機として以下のことも言われています。

- ・「食」を大切にする心の欠如
- ・栄養バランスの偏った食事や不規則な食事の増加
- ・肥満や生活習慣病（がん、糖尿病など）の増加
- ・過度の痩身志向
- ・「食」の安全上の問題
- ・「食」の海外への依存（食糧自給率の低下）
- ・伝統ある食文化の喪失

「食」をめぐる状況の変化に一刻も早い食育の普及が必要であるとのことから2005年(平成17年)食育基本法が制定され、山梨県でも平成18年12月「山梨食育推進計画」が策定されました。これを受けて、中央市では「中央市健康増進計画」の実現のためにも平成25年3月に「第二次栄養・食育推進計画 中央」を策定し、家庭や保育園・幼稚園、学校、地域社会、行政が様々な場面で推進されて5年が経過しました。食育は一步ずつ着実に進んでいると思いますが、食育の単なる周知にとどまらず、市民一人ひとりが、それぞれのライフステージに応じた食育活動を「実践」することが重要になっています。今後も継続しより一層取り組んでいく上での指針となる「第三次栄養・食育推進計画 中央」を策定します。

## 2 基本理念、基本目標

食育基本法では食育を

「食とは、生きるための基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるもの」「心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と心身を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となるもの」と位置づけています。「食」の大切さに対する意識を深め、健全な食生活の実践と豊かな人間性を育てます。

住民一人ひとりが生涯にわたって、心身とも健康でいきいきと暮らしていくことを目標とします。

## 3 計画の期間

本計画の計画期間は平成30年度から34年度までの5年間とし、健康増進計画とともに健康づくり推進協議会などにおいて評価・見直しを行っていきます。