

# 第2次池田町食育推進計画（R4～R8）（概要版）



【基本理念】食から始まるまちづくり ～豊かな心と体を育む～

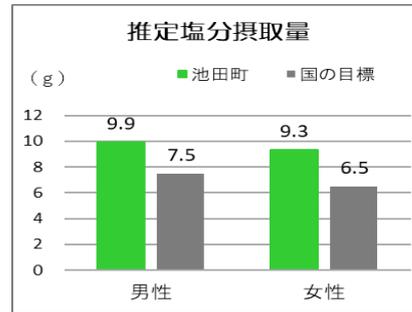
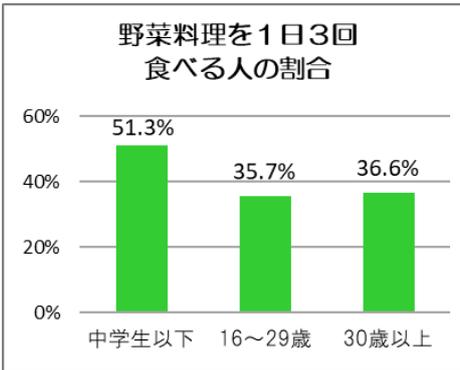
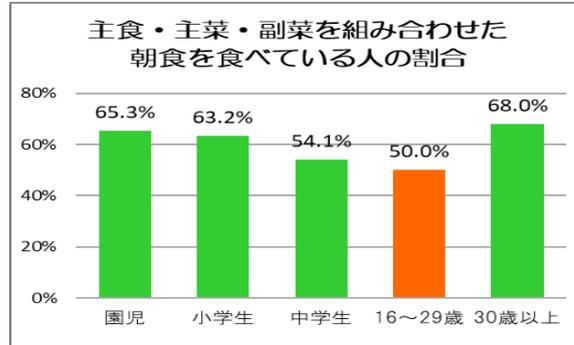
## 現状と課題

年間出生数 29人（R2年度）  
 高齢化率 39.6%（R3.4.1現在）  
 65歳以上独居世帯 651世帯（施設入所者を除く）（R3.4.1現在）

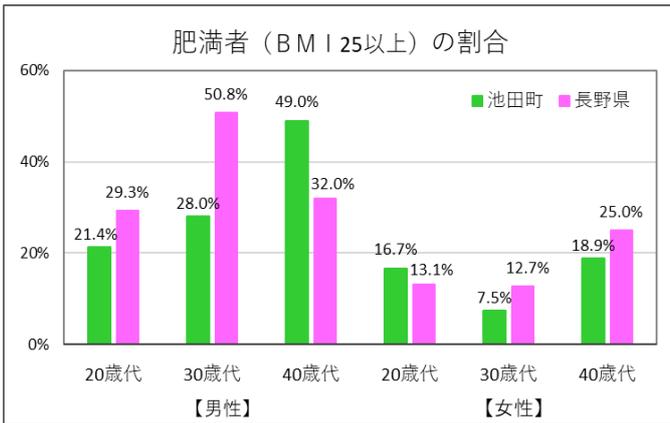
### 【健康・栄養】

#### 【朝食を毎日食べる人の割合】

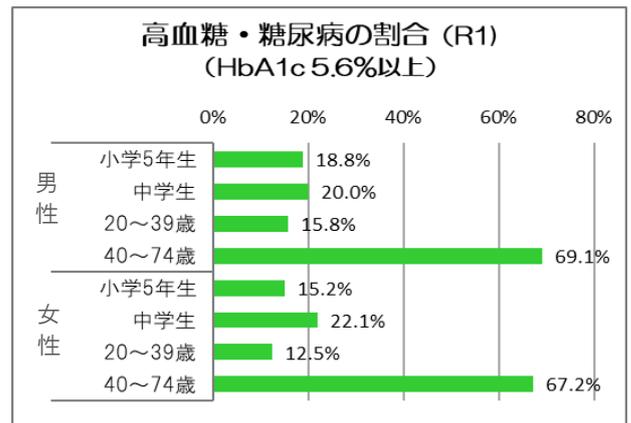
園児	97.9%
小学生	96.2%
中学生	84.1%
16～29歳	60.7%
30歳以上	82.4%



町：R1町の集団健康診査  
 国の目標：食事摂取基準2020年版

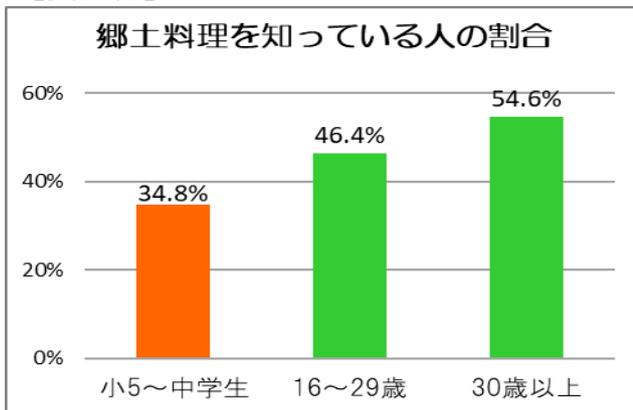


町：R2ヤング健診・特定健診 県：R1県民健康栄養調査

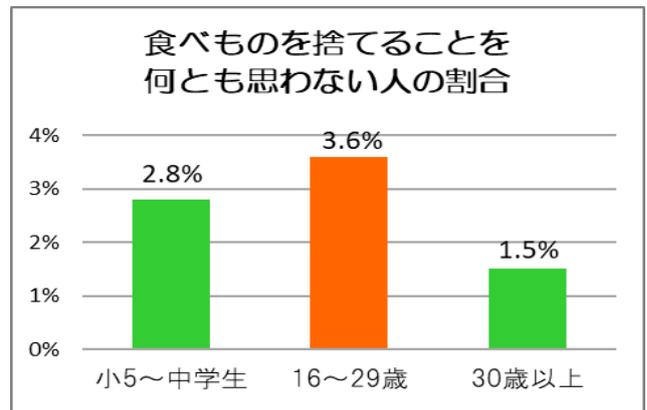


HbA1c とは、2か月くらいの平均血糖値を表す

### 【食文化】



### 【環境負荷】



## 施策の展開

### 【基本目標1】食を通じた健康づくり

施策の展開	具体的な取り組み
<b>①健やかな生活リズムを身に付けます</b> 早起きをして朝の光を浴び、朝食をとることで体内時計をリセット。一日元気に過ごせるよう啓発、支援をします。 ・生活リズムを整える ・歯みがきの習慣 ・体を動かす習慣 等	・学習会 (乳幼児健診、健康相談等) ・保育園、学校、家庭などでの体験   
<b>②健康増進に配慮した食事を摂ることを心掛けます</b> 適正体重を維持し、健康の保持増進を目指して栄養バランスのよい食事等を啓発、支援をします。 ・適正体重の啓発 ・野菜350g摂取や果物の適量摂取の啓発 ・減塩の啓発(国の目標量: 男性7.5g 女性6.5g)	・離乳食教室 ・学校などでの学習、体験 ・健康相談 ・食の学習会 ・健診結果説明会 等 
<b>③朝食をきちんと食べる習慣をつけます</b> 成長期の子どもにとって朝食は大切なものであることを理解し、望ましい食習慣が実践できるように啓発、支援をします。	・学習会 (乳幼児健診、健康相談等) ・保育園、学校などでの学習
<b>④災害時の食に関する知識と実践する力をつけます</b> 災害や感染症拡大など、不測な時でも健康を維持するために必要な食品等を日頃から備えておく必要性について、啓発します。	・広報等での啓発 

### 【基本目標2】食を通じた心豊かな人づくり

施策の展開	具体的な取り組み
<b>①家族や仲間と一緒に食事を作ったり、食べたりする回数を増やします</b> 家族や仲間と食事づくりや一緒に食べることで、食事作法を学んだり、交流する場をもつことで豊かな人間性を育む機会を支援します。	・保育園や学校、地域などでの調理体験 
<b>②地域の農を体験することで、食べ物と食に関わる人々への感謝の気持ちを育てます</b> 野菜づくりや米作りなど、農業体験の機会を提供します。	・保育園、学校、地域などでの体験 
<b>③いけだの食文化を継承します</b> 昔から食べられている郷土食や行事食のいわれを知り、食文化を継承する支援をします。	・地域などでの体験 ・料理講習会 等 

### 【基本目標3】食の循環と環境づくり

施策の展開	具体的な取り組み
<b>①旬を大切に地域でとれた食材を食べます</b> 季節ごとに作られている農作物を知り、収穫体験等学習の機会を支援します。	・給食での使用 ・地域での農業体験 ・調理実習 等 
<b>②食に安心・安全に関心を持ち、自分で食を選択する力をつけます</b> 食中毒予防、食品表示等について啓発をします。	・学校の授業 ・講座の開催、展示、広報等での啓発 
<b>③食べ残しや食品廃棄を減らします</b> 食品ロス削減運動30.10(さんまる いちまる)運動等を啓発します。	・給食指導(保育園、学校) ・フードドライブの啓発 等 