



計画が目指す姿

1 将来像

「将来像」は、食育推進計画を通じて実現を目指す、八王子市の姿を指します。

八王子市食育推進計画が目指す将来像

食を大切にする人々を育むまち

私たちが生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送るには、望ましい食生活を送ることが大切であり、市民全ての年代に応じた食育の取組みが必要となってきます。

八王子の恵まれた資源を活かしながら、農や伝統的な食文化にふれる機会等を食の様々な場面を通して、人々のつながりを深め、広げていくことにより、食を大切にする人々を育むまち八王子を目指します。

2 基本目標

基本目標 1：望ましい食生活を送る

生活リズムを整え、身体や日々の活動に見合った食事量を1日3食きちんと食べ、望ましい食生活を送ります。

基本目標 2：食の基本的な知識、マナー、スキルを身につける

食事のバランスやマナー、食の安全に関する知識を身につけ、外食や中食*（13頁にて説明）を利用するときも適切な選択ができる力や料理を作る力等のスキルを養います。

基本目標 3：食を通じて、家族、地域、自然とつながる

家族と食卓を囲む時間を大切に、地産地消の推進や地域の行事食・伝統料理を知ることを通じて、人々との交流や自然への親しみを深めます。環境に配慮した食の循環を進め、人と自然の調和した豊かなまちづくりを目指します。

*スキル（すきる）
教養や訓練を通して身につけた能力、技能のこと。

3 計画の展開手段

本計画では、「食育推進の課題」を受け、「将来像」「基本目標」の実現に向けて、3つの展開手段により、市民・団体及び行政が食育活動を展開します。

◎全てのライフステージに応じた食育を進める

現在、市内の食育の取組みは、子どもを対象とするものが中心となっていますが、その他の年代でも食習慣の乱れ等の課題があります。

年代の特性に応じた、正しい食習慣を身につけ実践していくため、全てのライフステージを対象に食育を進めます。

◎食に関わる様々な場면을食育につなげる

健康でいきいきとした生活を送るために、食や食育が重要であることがなかなか浸透していない状況です。また、知識としては理解していても、実践は難しい面もあります。食に関する様々な場면을活用しながら関心をもつきっかけをつくり、食育へつなげていくことが必要とされています。

栽培、収穫、調理、食品の購入、生ゴミの処理等、食に関わる様々な場面や体験を通して、食の安全・安心、伝統的な食文化、食の循環等への理解を深め、食育へつなげます。

◎食育に関わる個人や団体を支援し元気づける

市内の食育の情報は、広報やインターネット等で紹介されているものもありますが、まだ十分ではなく、市民アンケートでも情報提供を求める声があります。活動団体からも、他の団体の情報を知りたいという声が寄せられており、より大きな連携の下で、個人や個別の活動を支援することが求められています。

食育に関する活動に関心を示す市民が増えるとともに、様々な食へのアプローチを取り込んだ大きな連携が生まれ、地域全体での食育推進につながるよう、情報発信、人材育成、活動のネットワーク強化を図ります。

八王子市食育推進計画が目指す将来像
食を大切にする人々を育むまち

基本目標 1 望ましい食生活を送る
基本目標 2 食の基本的な知識、マナー、スキルを身につける
基本目標 3 食を通じて、家族、地域、自然とつながる

展開手段 1 全てのライフステージに応じた食育を進める
展開手段 2 食に関わる様々な場면을食育につなげる
展開手段 3 食育に関わる個人や団体を支援し元気づける