

## 第3章 基本理念と計画の体系

### Ⅰ 第四次北九州市食育推進計画における食育推進の基本理念とスローガン

本計画を推進するにあたり、「基本理念」及び「食育推進スローガン」を掲げます。

基本理念に基づき、目指す市民の姿の実現に向け食育の施策を掲げ、食育の取組を推進します。

#### (1) 基本理念

**市民一人ひとりが、食育に関心を持ち健全な食生活を実践することによって、健康な心身と豊かな人間性を育み、生涯にわたって生き生きと暮らすことができる社会の実現を目指します。**

食は命の源であり、私たち人間が生きていくために欠かすことができないものです。健康寿命の延伸や生活習慣病予防が大きな課題であり、栄養バランスに配慮した食生活の重要性は増しています。健全な食生活を実践し、楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に大きく寄与するものです。

生涯を通じて元気に過ごせるよう、市民一人ひとりが食の大切さを理解し、食習慣、食の選択、食品廃棄、食の安全性、地産地消等、食について関心を持ち、食に関する正しい知識や食を選ぶ力を身につけ、心身ともに健全な食生活を実践することが重要です。生涯にわたって間断ない食育を推進していくためには、個人だけでなく家庭や地域、食育関係者など様々な食育の担い手が連携、協働しながら、社会全体で取り組む必要があります。食を通じた人と人の交流や北九州市の食の魅力発信など、地域経済の活性化にもつながっていきます。

また、食育を推進する中で、地域に引き継がれてきた食文化や食が自然の恩恵の上に成り立ち、食べることは動植物の命を受け継ぐものであること、私たちが食事をするに至るまでには多くの人々の苦労や努力に支えられていることなどの食に関する感謝の念や理解を深めることも大切です。

こうした健康づくりの視点と社会、環境、文化の重要な視点、SDGs(持続可能な開発目標)の考え方を踏まえて、本市の食育を推進していきます。

## (2) 食育推進スローガン

### 食べかたは、生きかただ。

市民が健康な心身と豊かな人間性を育み、生き生きと暮らしていける社会の実現を目指して、世代を通じて食を理解し、実践への決意を表現するものとして、スローガンを設定します。

「食べること」は個人の将来の健康と未来の食や社会の持続可能性に寄与するものです。

スローガンは、食育基本法の全文にある『「食育」が生きることの基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの』に通じ、北九州の魅力ある豊かな環境への愛を未来へつなぐ想いが込められています。

#### 食を愛そう、未来を愛そう。北九州と。

食には愛が詰まっている。  
大切に育まれた愛が込められている。

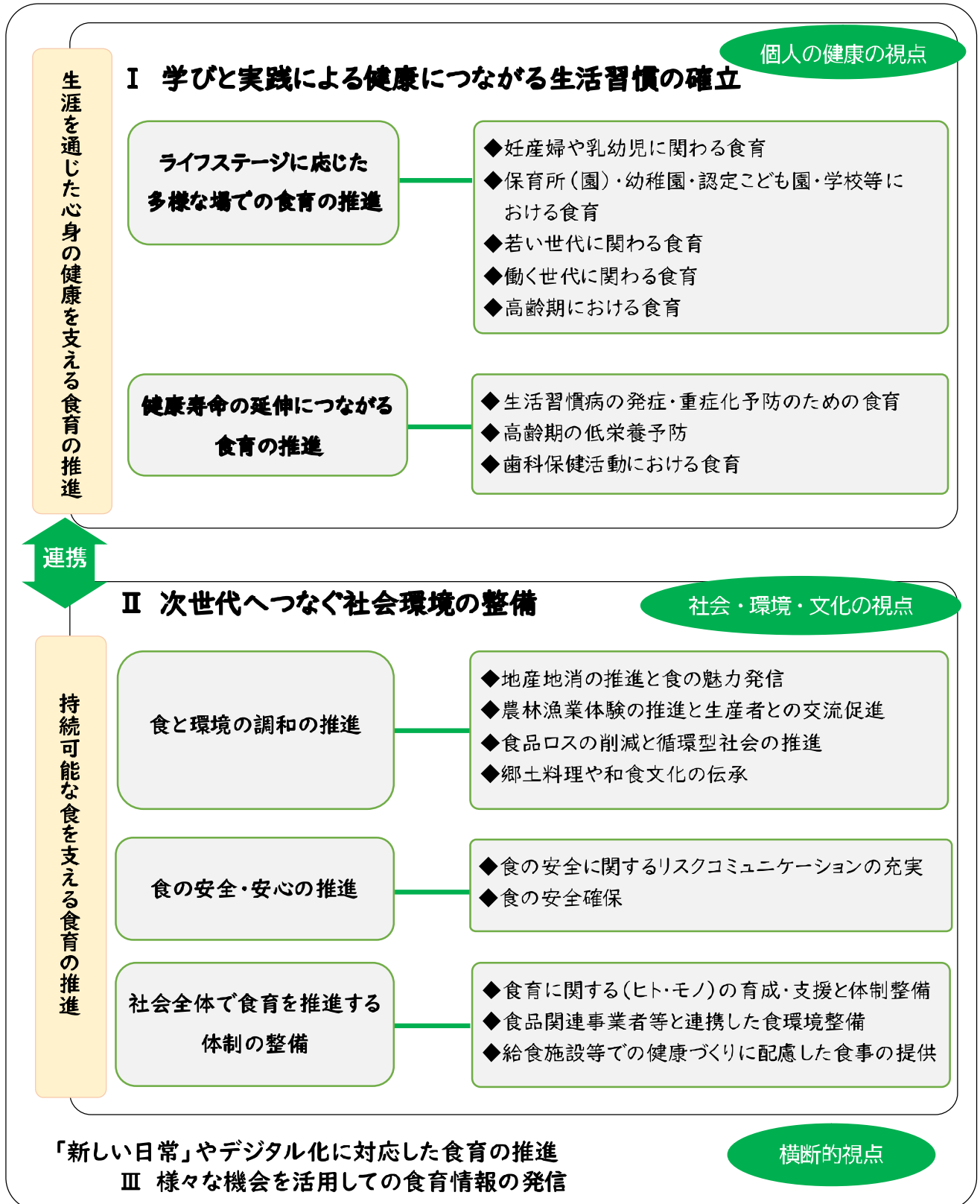
食の宝庫北九州で  
食からの愛をあなたが受け取る。  
その愛はあなた、誰かの、  
社会の未来を豊かにする。

食の愛は未来を巡る。

あなたが愛している未来がある。  
だから食を愛そう。北九州と。

## 2 施策の体系

これまで「第三次北九州市食育推進計画」に基づき取り組んできた様々な施策の成果と課題、そして各種統計データや食育に関する実態調査等から明らかになった本市の現状をふまえ、本計画でさらなる食育の推進に取り組みます。



### 3 目指す市民の姿

食育推進スローガン「食べかたは 生きかただ」のもと、食育の目指す市民の姿は下記のとおりです。

#### 1 朝食を毎日食べる

- ・朝ごはんは笑顔の1日のスタート!



#### 5 食の選択力を身につける

- ・自身や家族の健康づくりや未来につなげる持続可能な食について考えよう
- ・食品表示を確認しよう
- ・災害時の食についても考えよう



#### 2 バランスよく適量を食べる

- ・毎食、野菜を食べよう!
- ・1週間に1回は体重測定し、適量を確認しよう



#### 6 地産地消を実践する

- ・できるだけ、市内産や県内産の農水畜産物を購入しよう
- ・生産者と消費者のおすびつきや地域の活性化を



#### 3 薄味を心がける

- ・おいしく減塩、1日マイナス2g!



#### 7 環境に配慮した食生活を実践する

- ・食品ロスに配慮しよう
- ・過剰包装を避けよう
- ・国産品の購入しよう(輸送に伴うCO<sub>2</sub>排出量を意識)



#### 4 食事を味わって、楽しむ

- ・食事の時は、家族や友人などと食事を味わって楽しもう
- ・ゆっくりよくかんで食べよう



#### 8 食に感謝する

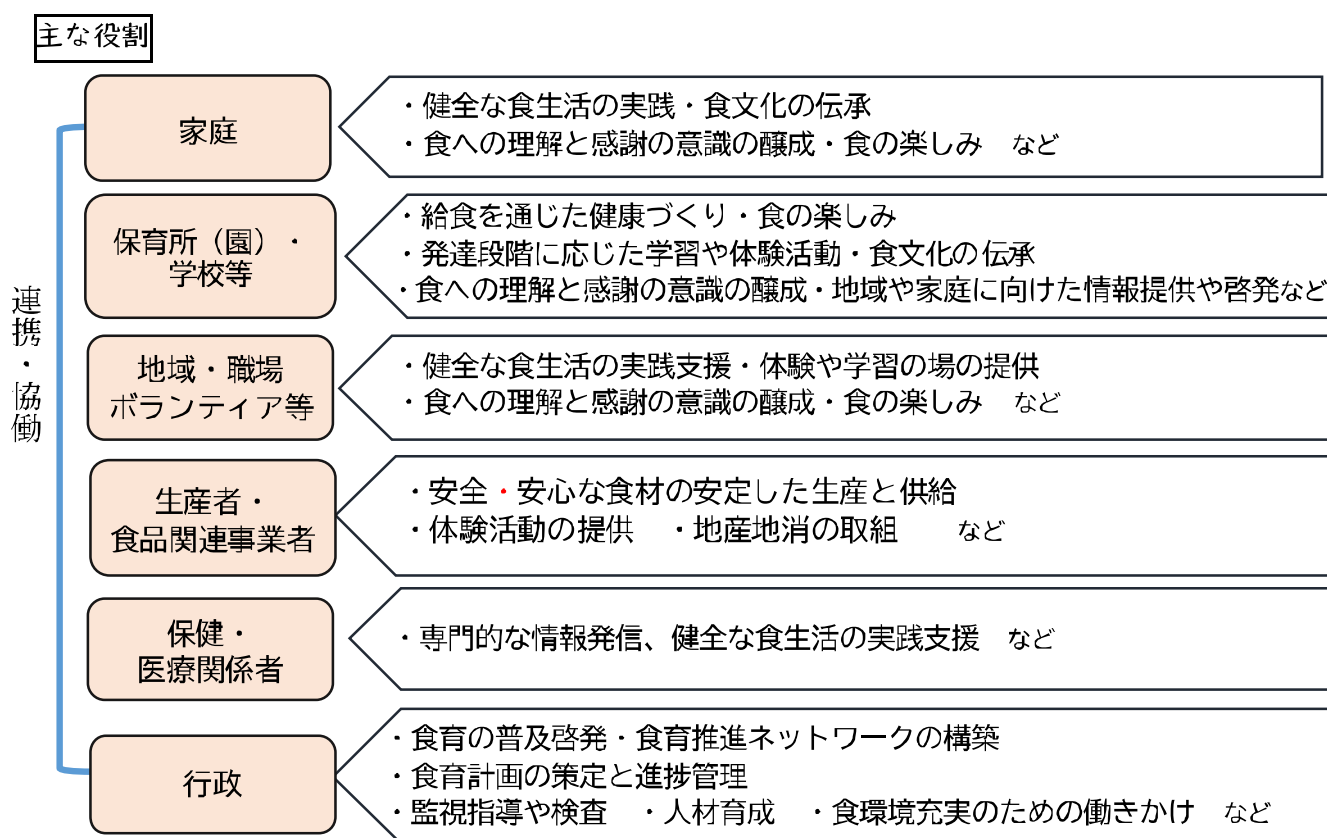
- ・食事が食卓に届くまでの生産や流通、調理等に関わる人に感謝しよう
- ・食物の命に感謝しよう



## 4 食育を推進するための関係者の役割と進捗管理

食育は、幅広い分野に関わることから、様々な食育の担い手が連携・協力し、一体となって総合的かつ継続的に推進していくことが必要です。そこで、食育を効果的に推進するために、関係者、関係団体などのネットワークを構築し、食育に関する情報の共有化を行うとともに、相互の連携・協力を推進しています。

また、市の関係部局の連携により、計画の進捗状況を共有し、食育推進体制（食育庁内連絡会議）を整え、計画を総合的かつ計画的に推進していきます。



### 食育推進ネットワーク

北九州市食育推進ネットワークでは、現在様々な角度から食育に取り組んでいる団体、個人の皆さんにご登録いただいています。食育に関する情報発信や情報交換会を通じて、食育を推進していくためのネットワークづくりをすすめ、それぞれの団体等の自主的活動と関係団体相互の連携・協力による市民運動としての食育活動を推進しています。

## 5 数値目標

本市における食育の推進のための取組の成果を客観的に判断するため、数値目標を設定します。

NO.	指標	対象	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和10年度)
1	食育に関心のある者の割合	20歳以上	74.8%	90.0%以上
2	朝食を欠食する者の割合	幼児	1.8%	0%
		小学生(小6)	2.8%	0%
		中学生(中3)	3.6%	0%
		20歳以上	14.4%	12.3%以下
		20~30歳代	25.3%	20.0%以下
3	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べる者の割合	20歳以上	43.1%	50.0%以上
		20~30歳代	27.3%	40.0%以上
4	1日350g以上の野菜を食べていると思う者の割合	20歳以上	12.8%	13.6%以上
5	塩分を控えている者の割合	20歳以上	55.9%	78.0%以上
6	ゆっくりよく噛んで食べる者の割合	20歳以上	44.7%	55.0%以上
7	生活習慣病予防や改善のため、食生活に気をつけている者の割合	20歳以上	76.5%	80.0%以上
8	食品購入時に栄養成分表示等を参考に行っている者の割合	20歳以上	46.0%	70.0%以上
9	市内産・県内産の農林水産物や食品を買うようにしている者の割合	20歳以上	65.7%	70.7%以上
10	産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ者の割合	20歳以上	65.7%	80.0%以上
11	農林漁業体験を経験した者の割合	全市民	16.3%	28.2%以上
12	食品を捨てる量(生ごみ)を減らすために行っていることがある者の割合	20歳以上	92.0%	95.0%
13	環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ者の割合	20歳以上	47.9%	61.8%以上
14	食品の安全性に関する基礎的な知識がある者の割合	20歳以上	72.8%	80.0%以上
		30歳代男性	54.1%	64.0%以上
15	食育の推進に関わるボランティア団体等において活動している者の数	人数	2,119人 (R3)	増加
16	食育を推進する飲食店等食品関連事業者(店舗数)の数(ヘルシーメニュー登録店舗数)	店舗数	261	330