

# 目指す市民の姿(案)

## 食育重点課題

- ①朝食の欠食 ②野菜の摂取不足 ③食塩の過剰摂取  
④エネルギー・栄養素の過不足 ⑤食への理解と感謝

### 目指す姿1

★関連重点課題①

朝食を毎日食べる



### 目指す姿2

★関連重点課題②・④

バランス良く、適量を  
食べる



### 目指す姿3

★関連重点課題③

薄味を心がける  
～おいしく減塩



1日マイナス2g!

### 目指す姿4

★関連重点課題④・⑤

食事を味わって、楽しむ



スローガン  
「  
」



### 目指す姿5

★関連重点課題④・⑤

食の選択力を身につける

・健康づくりや環境、持続可能な食について考えよう



### 目指す姿6

★関連重点課題②・⑤

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



### 目指す姿7

★関連重点課題⑤

環境に配慮した食生活  
を実践する

- ・食品ロスに配慮した食品購入
- ・過剰包装をさける
- ・国産のものを購入する など



### 目指す姿8

★関連重点課題⑤

食に感謝する

・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伝えよう

