

## はじめに

**食**は、生きるため、成長するため、暮らしのためになくてはならないもの

**食**を知り、健全な食生活を送ることが大切

**食**にかかる様々な問題が懸念され、食育が必要

**食**育を総合的かつ計画的に推進するため、「あいち食育いきいきプラン」を作成

### \*食育

食育基本法では、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」とこととされています。



## 食

は、生きるため、成長するため、暮らしていくためになくてはならないものです。

私たちは、動植物の命を「食べ物」としており、その食べ物を作り、あるいは漁獲、狩猟する人々がいて、さらに加工、運搬、販売する人々によって私たちのもとに届きます。

「いただきます」、「ごちそうさま」は、動植物の命や食にかかわる人々、料理をしてくれた人への感謝や食べ物を大切にすることを表すものです。

また、私たち一人ひとりが健康でいきいきと暮らすとともに、コミュニケーションを大切に、思いやりや活力ある地域社会を形成するためには、食を知り、健全な食生活を送ることが大切です。

しかし、栄養の偏りや不規則な食習慣による肥満などを主な要因として生活習慣病(がん、高血圧症、高脂血症、糖尿病、歯周病など)になったり、やせることへの行き過ぎた願望から摂食障害になったりすることもあります。

さらに、多くの県民にとって、日常生活の中で農林水産物などの生産や伝統料理などの食文化に接する機会が少なくなっており、食べ物が動植物の命をもとにしていることを実感したり、食を支える人々の活動や食文化についての理解を深めることが難しくなっています。

加えて、食べ残しや賞味期限切れなどで廃棄される食べ物が増える傾向にあるなど、食にかかる様々な問題が懸念されています。

こうしたことから、平成17年7月に食育基本法が施行され、食育\*を国民運動として推進することとなり、愛知県では、平成18年3月に条例により「愛知県食育推進会議」を設置し、この会議が中心になって、食育を総合的かつ計画的に推進するため、「あいち食育いきいきプラン」を作成しました。