

## 第3章 食育推進計画の基本理念と重点目標

### 1 基本理念

**「 小さな町の大きな資源をいかした食育推進 」**

**～ 竜王町まるごと食べて生涯健康 ～**

食の基本は「主食・主菜・副菜・汁物」であり、それによりバランスのとれた食事をとることができます。

竜王町には、こだわりの竜王米・近江牛・野菜・果樹など地元の食材が豊富で、身近に「食」を考える環境が整っています。「食」を考えることは健康への第一歩で、子ども時代から「食」について学ぶことで生涯の健やかな生活につながります。

また、小さな町だからこそ住民・関係機関それぞれの距離が近く、顔の見えやすい取組みがすすめられます。

これらの利点をいかした食育の推進に取り組むため、4つの重点目標を定め、食育の推進に努めます。

## 2 重点目標

### **(1) 乳幼児期・学齢期に生涯の基本となる食習慣をつけましょう**

子ども時代に身につけた食習慣は、一生を左右します。乳幼児期から学齢期に向けて、園・学校や学校給食だけでなく家庭を通じて、色々な食材の体験、農業体験、調理実習などを通じた将来につながる正しい食事のあり方や望ましい食習慣を身につけられるよう努めます。

### **(2) おとなのための食育をすすめましょう**

大人にとっても食は元気な生活を送るためにかかせないものです。年代に応じた適切な食事の選択、生活スタイルを実践することにより、生活習慣病・低栄養などの予防に努めます。

### **(3) 地産地消・土産土法でまちづくり**

学校給食だけでなく家庭でも、地産地消・土産土法<sup>\*</sup>をすすめることで、安全で安心な食材を食べることができ、生産者との交流を通じて、薄れつつある地域でのつながりを強める取組みを行います。

※土産土法：地でとれたものを漬物や干物にするなどの保存方法を考え、住んでいる環境に合わせた工夫、また旬のものをその土地ならではの料理法でもてなすこと。竜王町では、これをまちづくりに例え、町にあるたくさんの資源（農産物、観光、歴史、自然など）を見直し、一工夫こらし、新しいものを生み出すことを目指している。

### **(4) 竜王の自然と伝統をいかした食育をすすめましょう**

郷土料理の背景には、地域の文化や歴史があります。郷土料理を次の世代に継承することで、郷土への愛着につなげます。また、豊かな自然環境を守るために、食べ残しをなくすなど環境に配慮した取組みを行います。