

# わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



## 第4次高知市食育推進計画を策定しました!

市民の健康、豊かな資源や独特の食文化を守り、市民自らの取組を支援するために、食育の推進に関する施策を総合的かつ計画的に進めるための計画として、平成21年3月に第1次高知市食育推進計画を策定し、5年ごとに改定を行い、食育推進に取り組んでいます。このたび、令和6年度から令和11年度の6年間の計画期間とする「第4次高知市食育推進計画」を策定しました。

### 食育推進のための具体的な取組

第3次高知市食育推進計画の期間は新型コロナウイルス感染症の影響により、食に関する活動が制限されるなど、環境が大きく変化しました。今回の計画は、これまでの取組の変遷を念頭に置きながら、新たな健康課題や社会背景などを踏まえ、「豊かな食 おいしくいただき みんなのこじゃんと元気」をスローガンに掲げ、以下の取組をすすめていきます。

#### 生涯を通じた健康なこころと身体のための食育



ライフコースアプローチ※を踏まえた健康づくりに取り組みます

- ① 基本的な食習慣を身につけるための取組
- ② 生活習慣病を予防するための取組
- ③ 低栄養を予防するための取組
- ④ 歯と口の健康のための取組
- ⑤ 安全な食生活を送るための取組
- ⑥ 災害に備えるための取組

※ライフコースアプローチ  
胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的に捉え取り組むこと

#### 次世代に豊かな食をつなぐための食育



子どもや保護者、若い世代も含めた次世代につなぐ取組を進めていきます

- ① 環境を大切にするための取組
- ② 高知の食(食材・食文化)を大切にするための取組
- ③ 農林漁業への理解を深めるための取組
- ④ 人の輪をつなげるための取組

★高知市食育推進計画はこちら

