

## 5 基本目標

家庭、学校、幼稚園、保育所、認定こども園、職場等、地域社会の様々な場面において、県民一人一人が主体となり、宮城の豊かな食を通し、生涯にわたり心身ともに健全で豊かな生活を送るため、次の二つを基本目標とします。

県民一人一人が、食を生きる上での基本としてとらえ、  
健全な食生活と心身の健康増進を目指します

○生涯にわたり、心身とも健全で豊かな生活を送れるよう、家庭、学校、幼稚園、保育所、認定こども園、職場、地域等それぞれの場面で、県民一人一人が、ライフステージに応じた健全な食生活を自ら実践できるよう取組を進めます。

多彩で豊富な宮城の食材の理解と食文化の継承を通して、  
豊かな人間形成を目指します

○宮城県は、海・山・大地の食材に恵まれ、歴史・風土の中で郷土料理や食文化を育んできました。地域の食材や郷土料理を日々の食卓に取り入れることを通し、地域の産業や食文化への理解を深めるとともに、家族等と共に食卓を囲み食事を楽しむことで、豊かな人間形成に寄与する食育を進めます。

## 6 | 行動目標

第2期・第3期計画で掲げた「適正体重の維持」及び「地域食材の利用」の二つの行動目標については第4期計画でも引き継ぎ、より主体的な取組を推進するため、具体的な行動目標を設定します。

### 行 動 目 標

自らの食についてしっかり考え、  
食に関する知識や食べ物を選択する能力を習得し、  
宮城の豊富な食材を活用した  
バランスのとれた食生活を実践します。

#### 自らの食について しっかり考える

食は生きる上での基本であり、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動によって成り立っているということを理解し、自らの食についてしっかり考え、適切な行動をとるようにします。

#### 食に関する知識や 食べ物を選択する 能力を身に付ける

情報があふれている現代において、健全な食生活や、食品の選び方等の正しい知識を身につけるよう心がけ、正しい選択ができるようにします。

#### 宮城の豊富な 食材を活用する

地域で生産された食材を活用することは、地域の農林水産物をより身近に感じることに繋がります。また、生産者と消費者との相互理解や本県の食文化や自然に触れる機会となるほか、地域産業の振興に寄与します。

#### バランスのとれた 食生活を 実践する

本県で特徴的な肥満やメタボリックシンドローム、食塩摂取量の多さは、生活習慣病の発症に大きく関わることから、食事と生活習慣病の関連に理解を深め、必要な食事の量を把握して自分に適した食事をとることで、生涯にわたって健康で過ごせる体重を保てるよう取り組みます。

## 7 食育推進の基本方向

二つの基本目標や本県がこれまで取り組んできた施策などを踏まえて、本計画で推進する施策を四つの「基本方向」にまとめました。

これらの基本方向に基づき、食育を推進します。

### 1 健全な食生活に必要な知識の習得と実践能力の育成

県民一人一人が、健康の維持・増進や生活習慣病の予防につながる健全な食生活を送るために必要な知識を習得し、自ら実践できるよう食育を推進します。

### 2 宮城の風土に育まれた食材・食文化の理解と継承

本県の豊富な食材について、農林漁業体験等を通じて理解を深め、命ある食やそれを供給する人々への感謝の心もち、地域に根ざした食文化や郷土料理を再認識し、次世代に伝えるとともに、旬の食材に親しみ、地産地消などを通して、食と環境との調和に関心を高める取組を推進します。

### 3 食の安全安心の推進と非常時への備え

安全で安心できる食品を望む県民の期待に応えるため、食品の安全に関する積極的な情報提供とともに、関係者間の相互理解と連携して取り組む仕組みづくりを推進します。

また、自然災害や感染症の大流行などの非常時への食の備えに向けた普及啓発を行います。

### 4 多様な機関の連携・協働による食育の推進

食育への取組を効果的に進めるため、行政だけでなく家庭、学校、幼稚園、保育所、職場、食品関連事業者、関係団体等が連携・協働し、県民運動として県民一人一人が主役となって取り組むための体制づくりを推進します。