

## 第3章 下田市の食育が目指すもの

### 1 基本理念

「食を通して健康でいきいきと暮らせるまち」を目指します。

下田市のまちづくりの基本理念は、「下田を愛する、市民を始めとする幅広い人の参加により、本市の持つ自然や歴史、文化を活用し、市民一人ひとりが誇りを持って暮らすことのできるまちづくり」です。

海・山などの自然に恵まれた環境とそこに住む人々、先人より受け継いだ文化や伝統を生かし、人生の各ライフステージにおいて「食」を通して「豊かな人間性を育む」ことを目指します。

### 2 基本目標

この計画では、食育の施策の柱を3つに分類し、下田市の地域の特色を生かした食育の取組を推進します。

#### (1)しもだの食でしあわせ健康ライフ

健全な食生活を実践することは、健康で豊かな人間性を育んでいく基礎となります。

近年、健全な食生活が維持されておらず、栄養の偏りや食習慣の乱れから、肥満や生活習慣病の増加等の問題が起きています。

市民一人ひとりが、食に関する正確な知識や判断力を身につけ、健全な食生活を実践することができるよう取り組みます。

#### (2)しもだの食にもっと興味を持つ

食育を市民で推進し、成果を挙げるためには、一人ひとりが食育に関心を持つことが欠かせません。料理を作る、食物を育てる、食文化にふれあう等の様々な体験活動を通じ、市民が食育に関心を持てるよう取り組みます。

#### (3)しもだの食をだいに食べる

豊かな食材をもたらす下田の山の幸、海の幸を大切にし、生産及び消費等が図られるような取組を推進します。

また、下田の食文化や地域の特性を生かした食生活を次代へと継承する取組を推進し、食べ物への感謝の念や、残さず大切にすることを育むことを目指します。