

重点施策

3 取組の方向性

(1) 毎日朝食を食べる習慣を身につける

若い世代の朝食欠食率が高い背景から、幼い頃から毎日朝食を食べる大切さを啓発します。生活リズムを整え、いきいきとした生活を送れるように朝食の摂取を推進します。



(2) 生活習慣病の発症予防及び重症化予防

賀茂地域は高血圧症および予備群が県平均と比べて高い背景から、習慣的な食塩摂取量の過剰が示唆されます。また、バランスの良い食事の実践のために、主食・主菜・副菜を揃えて食べる者の割合の増加を目指します。幼い頃から薄味に慣れ、減塩について理解・実践することを推進します。



(3) 地場産品に親しみを持って生活する環境づくり

学校給食に県内の地場産品を取り入れることは、地産地消を促進するだけでなく、子どもや保護者、給食関係者が地域の食に関する理解を深めることにもつながります。今後も引き続き、学校給食に県内産や賀茂地域の地場産品の導入を維持・促進します。

また、市民の方がアクセスしやすいスーパーマーケットや直売所、食育教室等のイベントにおいて、下田産や賀茂地域の食べ物に触れる機会を積極的に設けます。

