

えらぶ

食をえらぶ力を高める

はくくむ

高知の食をとりまく環境を大切に、健康な心身をはくくむ

つなぐ

みんなでの輪をつなぐ、食の輪をつなぐ、次世代につなぐ

視点	目標	指標	現状値 (令和5年度)	目標値 (令和11年度)
えらぶ	健康的な食を選ぶ	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上、ほぼ毎日食べている市民の割合	幼児保護者 45.5% 20~30歳代 33.1% 20~70歳代 48.7%	60% 40% 60%
		ほぼ毎日、肉類を食べている市民の割合	60~70歳代 42.2%	50%
えらぶ	安全安心な食を選ぶ	食中毒予防のための正しい知識を持っている市民の割合	20~70歳代 16.3%	25%
		食品の安全性に関する基礎的な知識があると思っている市民の割合	20~70歳代 62.7%	70%
えらぶ	高知の食を選ぶ	学校給食で使用する食材のうち、地場産物を活用する割合(食材設備ベース)	学校 53.8%	50%以上
		朝食をほとんど毎日食べる市民の割合	幼児 98.0% 小学生 92.5% 中学生 85.6% 20~70歳代 84.3%	99% 95% 90% 87%
はくくむ	健康な心身をはくくむ	心だんから高正体量の維持や減塩等に努めた取組をしている市民の割合	20~70歳代 76.9%	80%
		ゆっくりよくかんで食べる市民の割合	20~70歳代 37.6%	45%
はくくむ	高知の食(食材・食文化)を大切に	歯肉炎になっていない小中学生の割合	小学生 77.6% 中学生 72.2%	81% 75%
		定期的に通科医院を受診している市民の割合	20~70歳代 42.7%	45%
はくくむ	高知の食(食材・食文化)を大切に	就労活動を含む農林漁業体験活動に取り組む教育・保育施設、学校の割合	教育・保育施設 89.0% 小学校 79.1% 中学校 84.7%	95% 93%
		高知の食を食かたと思う市民の割合	20~70歳代 86.7%	93%
つなぐ	一人ひとりが取り組む	食品ロス削減のために何らかの行動をしている市民の割合	20~70歳代 96.1%	99%
		「食育」の取組をしている市民の割合	20~70歳代 97.3%	100%
つなぐ	ライフステージをつなぐ	食に関する指導計画を作成している教育・保育施設の割合	教育・保育施設 90.7%	95%
		命をつなぐ	災害時の食の実践している市民の割合	20~70歳代 73.5%
つなぐ	次世代へつなぐ	高知ならではの料理や食材を食べたことがある小中学生の割合	小学生 82.7% 中学生 85.4%	95% 95%
		高知ならではの料理や食材、食べ方などを、次世代に伝えていくことを大切だと思う市民の割合	20~70歳代 84.6%	90%
つなぐ	社会をつなぐ	地域の人や家族と高知の食を楽しむ市民の割合	小学生 56.4% 中学生 54.6% 20~70歳代 53.4%	60% 58% 60%
		高知市食育推進計画に基づき、連携・協働して食育活動に取り組む団体等の数	「こころし食育」やるぞねっと※ 登録団体数	15団体 20団体

毎月19日は「食育の日」です。
食育の日発行している、食育だより「わたしから始まる高知の食育」では、様々な食育を紹介しています!

令和6年3月発行
高知市健康福祉部保健所 健康増進課
〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目7-45
Tel 088-803-8005 Fax 088-823-8020
E-mail kc-140400@city.kochi.lg.jp

「こころし食育やるぞねっと」とは…
多くの関係者・関係団体等が連携して総合的に食育を推進するため、平成27年度に高知市が立ち上げたネットワークのこと。

わたしから始まる 高知の食育

令和6年 第4次 高知市食育推進計画 概要版

豊かな食 おいしくいただき 心もと元氣!

高知の食育 8きょうだい

高知市では、市民の健康を守り、市民自らの取組を支援するため、食育の推進に関する施策を総合かつ計画的に進めることが重要として、本市の特徴を活かした「第4次高知市食育推進計画」を策定しました。計画期間は、令和6年度から令和11年度とします。

基本理念

食とひとが繋がって輝く元気なまち

生涯を通じた健康なこころと身体のための食育

- 減塩を心がけよう
- 低栄養に気をつけよう
- よくかんで味わって食べよう
- 正しい手洗いを実践しよう
- 主食・主菜・副菜をそろえよう
- 朝食を食べよう
- 定期的に通科医院を受診しよう
- 水や食品を備蓄しよう

- 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®を踏まえた健康づくりに取り組みます

※ライフコースアプローチ/童年期から高齢期に至るまでの人の生涯を総合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

- 食品ロス削減のために行動しよう
- 高知の食材を選ぼう
- 農林漁業体験をしてみよう
- 地場産物や郷土料理を食べよう・伝えよう
- 高知の食は食かたと思っている市民は9割以上!!
- 一緒に高知の食を楽しもう
- 食育と一緒に取り組もう

- 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

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

食をめぐる高知市の現状

