

奈良県がめざす食育

「第4期奈良県食育推進計画」



奈良県食育推進ロゴマーク

基本理念

「食」を通して健全な心身を培い、豊かな人間性を育む

めざす姿

- 県民が健康的な食習慣を習得し、実践できる
- 子どもが「食」と「健康」に関心を持ち、健康的な食生活を実践できる
- 県民が県産農畜水産物に関心を持ち、消費拡大が進む
- 県民が「食」や「食の安全」に関する知識と理解を深め、自らの食生活を適切に判断、選択できる

基本方針

施策の体系

取組の方向性(抜粋)

I 健康寿命の延伸にむけた食育

1. 生活習慣病の発症と重症化予防
2. 高齢者の健康づくり
3. 自然に健康になれる食環境づくり

- ・健康的な食生活の普及推進
- ・職場における食育の推進
- ・フレイル、低栄養予防の推進
- ・食品関連事業者における食育

II 次世代の健全な食習慣形成のための食育

4. 健やかな発育、基本的な生活習慣の形成
5. 健康的な食生活の定着と実践

- ・保育所、幼稚園等における食育
- ・小・中学校等における食育
- ・若い世代に対する食育の推進

III 奈良の食の魅力向上のための食育

6. 奈良の食の理解と実践

- ・地産地消の推進
- ・食文化(郷土食)の継承

IV 食を支える環境づくり

7. 食育推進のための体制整備
8. 社会情勢の変化に対応した食育

- ・食の担い手の育成と活動支援
- ・市町村における食育の推進
- ・食品ロスの削減にむけた食育
- ・食の安全安心の取組推進
- ・災害時の備えの推進

計画期間

令和6年度～11年度(6年間)

具体的な取組紹介



やさしおベジ増し宣言
●奈良県

<やさしおベジ増し宣言>

主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上とることを基本に、身体にやさしい塩(しお)加減で野菜(ベジタブル)を増した食生活を実践することを「やさしおベジ増し宣言」として、県民の皆さまに普及啓発しています。

<やさしおベジ増しプロジェクト>

スーパーマーケット等と連携協働し、中食(惣菜や弁当等)の減塩および野菜増量の取組を行い、健康的な食事が入手できる食環境を整備しています。



やさしおベジ増しプロジェクト
身体にやさしくおいしく作りました。
〜これまでよりも塩分を抑えています〜
当店は「やさしおベジ増しプロジェクト」に参加しています。
●奈良県