

# 高知県の食育推進

子どもから高齢者まで生涯を通じた取組を官民連携により推進

## 目指す姿

元氣なからだをつくる  
健全な食生活の実現

高知のおいしい食材・  
食文化を楽しみ・  
伝え・豊かな心を培う

持続可能な食を支える  
食育の実践

## 4つの基本方針

### 1 高知家の未来を担う子どもの食育の推進

- 小・中・高校での副読本を活用した健康教育  
教育委員会と連携し、学年に応じた健康教育教材の作成・配布・活用
- ヘルスメイトによる小学校での健康教育  
・ 小学校高学年への健康教育の実施（健康教育教材活用、料理教室等）  
・ 子どもが学習内容を家庭に持ち帰り、保護者等と一緒に健康づくりを  
実践するよう、保護者向けリーフレットの配布



健康教育教材 副読本

### 2 健康長寿を実現する食育の推進

- 生活習慣病予防に向けたポピュレーションアプローチ  
・ 高知家健康パスポート（健康づくりのインセンティブ事業）  
・ 高知家健康チャレンジ（行動変容を促す啓発事業）
- 食生活改善推進協議会と連携した啓発活動  
食育の日、やさいの日等のイベント



ヘルスメイトの  
健康教育教材

<内容>  
朝ごはんの大切さ  
おやつの内容  
レシピ



高知家健康  
パスポート

### 3 持続可能な食の理解と継承

- 食への感謝や食文化の継承
- 環境に配慮した食育の推進
- 食の安全・安心の確保
- 地産地消の推進
- 災害時の栄養・食生活支援の取組



災害時の食の備え  
(ヘルスメイトと共同で作成)

### 4 食を育む環境づくり

- 食に関する人材育成
- 企業や関係団体などとの連携  
・ 高知家健康チャレンジ（行動変容を促す啓発事業）  
・ 減塩プロジェクト  
食品メーカー、スーパー等と連携した減塩の推進
- 食育の普及啓発に関する県民運動の推進
- デジタル化への対応



日本一の健康長寿県構想

県民の誰もが住み慣れた地域で、健やかで心豊かに  
安心して暮らしていることのできる高知県