

(基本理念)

京都府では、健全で豊かな食生活を通じて、

『いきいき元気・健康長寿の京都』

の実現を目指し、次の基本理念の下、施策を展開します。

誕生前から始める京都の生涯食育
～感謝の気持ちで「いただきます。」～

長い人生を健康で暮らしていくためには、子どもの頃から食に対する興味・関心を持ち、健全な食生活を実践することが大切であるだけでなく、誕生前の段階においても親になる者が健全な食生活を実践することが重要です。そこで、京都府では、誕生前から食育をスタートさせます。

【誕生前から始める】

食は私たちが生きていくうえで欠かすことのできない大切なものであり、私たちは米や野菜、牛、豚、魚などの命をいただいて生きています。この「いただきます。」の意味を誰もが理解し、感謝して、命と食を大切にしなければなりません。命と食の大切さを理解するためには、知識の習得だけでなく、野菜の栽培、家畜の世話など農作業を通じて命を育てることや、自分たちで調理して食べることなど、体験が効果的であると言われていています。そこで、京都ならではの京野菜や茶など地場産物を活用しながら、五感を使った体験を重視します。

【五感を使った体験】

また、京都には、歴史と伝統に培われた食文化があり、旬の素材をいかした行事食、郷土料理、おばんざいなどが家庭や地域において人から人へと受け継がれてきました。この人と人の絆をこれからもしっかりとつなぎ、これまで伝えられてきた京都の食文化を次の世代に伝えていきます。

【食文化の伝承】