

コロナ禍における食の現状と今後の取組について

コロナ禍における現状に対し、めざしたい姿とそのために食育関係者が取り組む方向を設定し、それに対する県の取組を記載しました。

- ① 県の取組に対する意見
- ② 取り組む方向にむけて、各団体・機関でどのような取組ができるか

について、ご意見をいただきたいと思います。

意見交換により、来年度の取組を確認したいと思います。

現 状	めざしたい姿	取り組む方向	県の取組	各団体・機関の取組
1 家庭での食事の増加 <ul style="list-style-type: none"> ・在宅時間の増加や外食控えにより、家庭で食事をする回数が増加 ・家庭で調理する機会の増加 ・在宅時間の増加により活動量の低下や生活リズム、食生活が乱れやすい ・テイクアウトや惣菜の利用の増加 	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で調理を楽しむ、自ら調理する機会が増える ・地元食材を使った料理や郷土料理を作る機会が増える ・規則正しい生活が送ることができる ・テイクアウトや惣菜を利用しても健康的な食事ができる 	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭での調理を支援する ○地元食材を使った料理や郷土料理の作り方の情報を発信する ○生活や食事のリズムを整える ○健康に配慮した食事を選択できる環境づくりをすすめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・SNS等で手軽で栄養バランスのよいメニュー、地元食材を使用したレシピの発信 ・毎日今日の料理的な旬産旬消の料理レシピの配信 ・早寝、早起き、家族と一緒に朝ごはんの推進 ・信州の旬産旬消を生かしたテイクアウト商品の表彰 ・減塩等の健康に配慮したメニューを提供する飲食店、コンビニ等の支援 	

現 状	めざしたい姿	取り組む方向	県取組	各団体・機関取組
<p>2 共食・交流の減少</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 交流、会食の減少 ・ 孤食により、栄養バランスが偏ったり、食事量が減少しやすい ・ 食育の学習の機会の減少 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食べることは楽しいと思う機会がある ・ なんでも噛んでおいしく食べられる ・ 低栄養傾向の高齢者が減少する ・ これまでとは形を変えた方法を検討し実施する 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家族での共食をすすめる ○ フレイル、オーラルフレイルを予防する ○ 方法を工夫しながら交流や学習の機会を増やしていく・ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食育月間、食育の日等を活用して啓発 ・ フレイル、オーラルフレイル予防のための啓発 	