

目 次



はじめに 会津若松市長

I	計画の策定趣旨	1
II	計画の位置づけ	2
III	計画の期間	2
IV	本市における現状と課題について	3
1	食を大切にすることを育む視点から	(3)
2	リズムある食習慣・栄養のバランスの視点から	(7)
3	食の安全・安心の視点から	(13)
4	地元食材へ目をむけた、地域特性や旬 食文化を感じる食卓の視点から	(14)
	[コラム] 「地産地消の仕事人」	
V	食育推進の基本方針	19
1	目指す姿	(19)
2	行動目標	(19)
3	取り組みの方針と具体策	(20)
1)	取り組み方針	
2)	取り組みの具体策	
(1)	各年代ごとの重点テーマ	
(2)	食育に関するネットワーク化	
VI	年代別の重点テーマと取り組みの視点及び取り組み内容	
1	乳幼児期	22
1)	取り組みの視点	
(1)	リズムある食習慣の視点	
(2)	五感(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚)を使って食べる視点	
(3)	各方面(個人・家庭・地域・団体・事業者等)で、 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを育てる視点	
(4)	親世代の学びの視点	
2)	取り組み内容	
	[コラム] 日本の食文化 箸(はし)	

2 学齡期	25
1) 取り組みの視点	
(1) 「早寝・早起き・朝ごはん」の視点	
(2) バランスの良い日本型食生活を実践する視点	
(3) 家庭・地域で体験・実践できる視点	
2) 取り組み内容	
3 青少年期	27
1) 取り組みの視点	
(1) 食の自立を図る視点	
(2) 単身者の食生活の視点	
2) 取り組み内容	
[コラム] 会津の郷土料理のこづゆ	
4 成年期	29
1) 取り組みの視点	
(1) 生活習慣病の予防の視点	
(2) 労働形態と食生活の視点	
(3) 単身者の食生活の視点	
(4) 外食・中食の視点	
2) 取り組み内容	
[コラム] 近年注目されるストレスと食事量・体重の変化との関係	
5 高齢期	33
1) 取り組みの視点	
(1) 生活習慣病の予防やからだの機能の維持の視点	
(2) 外食や配食サービスの視点	
2) 取り組み内容	
VII 計画の進行管理と評価	35
附属資料	37～
・会津若松市食育推進計画策定会議	
・会津若松市食育推進計画策定ワーキンググループ会議	
・計画の策定経過	