

健康むらかみ21計画 村上市食育推進計画 (第2次)



県立村上高等学校書道部作品
(平成30年度村上・岩船地域の医療を考えるフォーラム)

平成27年3月(策定)

平成31年3月(改定)

村上市

目 次

第1編 総論

計画の改定に当たって

1	計画改定の背景と趣旨	1
2	計画の位置づけ	2
3	計画の期間	2

第2編 健康づくりの推進「健康むらかみ21計画」

第1章 めざす健康づくりの方針

1	計画の基本理念	4
2	計画の基本方針	5

第2章 重点分野別の健康づくり

1	生活習慣病予防	6
2	栄養・食生活	21
3	身体活動・運動	27
4	たばこと健康	30
5	休養・こころの健康	33
6	歯・口腔の健康	36

第3章 生涯を通じた健康づくり

	ライフステージに応じた健康づくり	40
--	------------------	----

第3編 食育の推進「食育推進計画」

第1章 食育推進体制

	計画の基本理念	44
--	---------	----

第2章 取組の方向と取組むべき施策

1	ライフステージごとの健康づくり	45
(1)	妊娠期	45
(2)	乳幼児期	48
(3)	学童・思春期	51
(4)	成人期	53

(5) 高齢期	55
2 村上の食の理解と継承	56
3 食の安全安心	56
4 食を通じたコミュニケーションの充実	56

第4編 計画の推進と進捗管理

1 計画の推進体制	57
2 計画の進捗管理と評価	58
3 評価指標	58

資料編

計画の中間評価	64
村上市健康づくり推進対策委員会条例	71
村上市健康づくり推進対策委員会委員名簿	73
用語解説	74