

目 次

はじめに	1
第1章 ライフステージ別ポイント	
*乳児期	2
*幼児期	
*学童期	
*学んでおいて欲しい食の文化に関する事柄	6
第2章 食育活動の方法	
1. 活動の一般的な流れ	7
2. 計画例	10
第3章 具体例	
1. 地域での具体例	12
2. 保育園・学校での具体例	13
第4章 注意点・緊急時の対応	
1. 料理教室	18
2. 農業体験	20
資料編	
*食事摂取基準と食品量	21
*行事と行事食	23
*食材の旬	25
*料理教室における衛生管理・注意点	26
*活動計画書 様式	27