

# 「食」を通じた健康づくりの推進

町では、「食を通じた子どもの健康づくり」を地域のなかで連携し、事業を展開していきます。

## 子どもの食をめぐる現状

### ①朝食を食べない子

幼児期にみられる朝食の状況については、毎日食べない子が約10%になり、朝食の欠食の傾向は低年齢化しています。〔表一〕

### ②野菜不足

国民一人一日の平均的な野菜摂取量は二百六十九グラムしかありません。これは必要量の七十七%です。

特に若い世代の野菜摂取は少なく、サプリメントや栄養補助食品でビタミンや食物繊維を摂取する

### 品利用の増加

離乳食については市販の離乳食の利用が、30%に増加しています。〔表二〕

又、小学生及び中学生のいる家庭の調理済みの食品、インスタント食品の使用状況については、週に1〜3日程度というのが40%以上に増加しています。

このように、食品加工技術の進展や流通の多様化などによって食をとりまく環境は変化し、家庭内での食事の仕方にも変化がみられます。

### ネットワーク

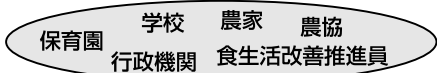
子どもたちの食を取りまく問題に対応するため関係機関とのネットワークを構築し、地元で採れる旬の野菜を活用し、安心で安全な食環境を目指すとともに、地元の食文化を次世代に伝えるため、関係機関等と連携を図り取り組んでいきます。

次号からは、保育園や学校の給食に地元のミネラル豊富な野菜を使った食の取組みを紹介していきます。

## 食を通じた健康な町づくり推進事業

- (1) ミネラル豊富な野菜への理解を深め、健康な町づくりを推進する
- (2) 各機関（保育園、幼稚園、学校等）と健康づくり関連事業の共通理解とそれに関わる連携を図ること。

### 健康な町づくり



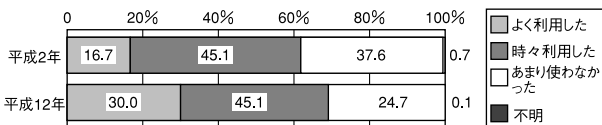
【食を通じた子どもの健康づくりの取り組み】

(表1) 幼児の朝食の喫食状況 (%)

	1歳	2歳	3歳	4歳	5~6歳
毎日食べる	89.3	85.0	83.6	87.8	89.6
週に1~2回ぬく	6.3	10.5	10.3	7.2	6.9
週に3~4回ぬく	0.4	1.0	1.5	0.6	0.7
週に1~2回しか食べない	1.6	2.0	2.0	2.2	1.6
その他	2.3	1.3	2.1	1.9	1.0
無記入・不明	0.1	0.2	0.6	0.2	0.2

資料：(社)日本小児保健協会「平成12年幼児健康度調査」

(表2) 市販の離乳食の利用状況 (回答:1歳児の保護者)



資料：(社)日本小児保健協会「幼児健康度調査」

## 5月・6月の保健ごよみ

内容	5月	6月	受付時間	場所
母子手帳交付	7日(金)	4日(金)	13:00~15:00	母子健康センター
育児教室	7日(金)	-	10:00~10:15	
4か月・10か月児健診	21日(金)	24日(木)	13:30~13:40	
離乳食相談	21日(金)	24日(木)		
1歳6か月児健診	27日(木)	-	13:15~13:30	
3歳児健診	-	9日(水)		
こころ・こどもの相談室	20日(木)	-	13:00~14:30	保健福祉センター
おやつ教室	11日(火)	8日(火)	10:00~10:15	
子育て広場	14日(金)	11日(金)	10:00~12:00	
健康相談の日	14日(金)	29日(火)	13:00~15:00	
結核検査(ツベルクリン反応検査(2日後判定))	26日(水)	-	13:00~14:00	
検診判定・BCG接種	28日(金)	-		
リハビリ教室	13日(木)	3日(木)	9:30~10:00	
献血	25日(火)	25日(金)	詳しくはチラシをご覧ください	

- \* 健診や予防接種等詳しくは、「おのまち健康カレンダー」をご覧ください。
- \* ツベルクリン反応検査の2日後(28日)に判定があります。判定で陰性の場合、BCG接種となります。
- \* 問い合わせ 保健課 ☎ 72-6934

## 平成十五年度献血目標達成行政区に記念品贈呈

四月十三日に行われた行政区長会の席上で平成十五年度献血目標を達成した行政区(十九行政区)に対し記念品が贈呈されました。目標達成行政区は左記のとおりです。協力ありがとうございました。

- 横町・仲町・反町・大八・荒町・中通・平沼・谷津作・菖蒲谷・皮籠石・飯豊上・吉野辺・浮金・小野山神・夏井・湯沢・塩庭一区・塩庭二区・上羽出庭
- 血液は人の体でしかつくることができません。そのため、皆様の



代表受領の菖蒲谷行政区長

血液が必要となり、献血で多くの人が救われます。平成十六年度献血実施日 五月二十五日(火) 六月二十五日(金) 十月七日(木) 三月七日(月) これからもご協力をよろしくお願いいたします。