

3月の保健ごよみ

内 容		3 月	受付時間	場 所
母子健康手帳交付		4日(金)	13:00~15:00	母子健康センター
育児教室		4日(金)	10:00~10:15	
4か月・10か月児健診		18日(金)	13:30~13:40	
離乳食相談				
1歳6か月児健診		16日(水)		保健福祉センター
こころ・こどもの相談室		10日(木)	10:00~12:00	
子育て広場・健康相談の日		11日(金)・25日(金)	10:00~12:00 13:00~15:00	
結核 検診 (追加)	ツベルクリン反応検査	8日(火)	13:30~14:30	
	判定・BCG接種	10日(木)		
リハビリ教室		17日(木)	9:30~10:00	
3歳児よい歯の表彰式		6日(日)	受賞者の方は通知をご覧ください	
肝炎予防教室		2日(水)	13:15~13:30	多目的研修集会施設
献血		7日(月)	詳しくはチラシをご覧ください	

*4月からの健診や予防接種等詳しくは「平成17年度おのまち健康カレンダー」をご覧ください。

◆問い合わせ 健康福祉課 ☎72-6934

食を通じた子どもの健康づくり推進

近年、偏食や早食、過食などの食生活の乱れからくる小児生活習慣病や、一家だんらんの減少など町内でも子どもたちの「食」に関する様々な状況が問題として取り上げられています。

そこで町では、保育園や幼稚園、小学校などの教育機関とJA小野町や食生活改善推進委員会などの関係機関団体と連携して「食を通じた子どもの健康づくり推進事業」に取り組み『楽しくおいしく野菜を食べる小野町っ子』を目指して地産地消の観点を含めた子どもたちの食生活の改善や地域食文化の推進を図るため「食育」の活動を進めています。

また、今年度は10回にわたり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り組みを紹介してきました。

●「食育」とは？

日本では「知育・徳育・体育」が教育の基本といわれてきましたが、それに加えて「食育」の大切さが重

視されています。

「食育」とは、望ましい食習慣のための知識を身につけるだけでなく、食卓での一家だんらんを通じて社会性を育んだり、わが国の食文化を理解したりすることも含む幅広い教育です。

●アンケート結果から分かった子どもたちの野菜摂取状況

食育の事業を展開しながら野菜摂取の現状を把握するため、保育園や幼稚園の3歳から5歳の保護者235人を対象に野菜摂取に関するアンケート調査を実施。アンケートから分かったことは、野菜については少なくとも1日1回は食べることが望ましいが、毎日食べている人が62%、人参、ほうれん草など色の濃い野菜を毎日食べている人が約30%と、野菜摂取の少ないことが明らかになりました。(図)

以上のような結果をもとに地元で採れる旬の野菜を

活用し、安心して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と連携を図りながら健康づくり対策を考えていきたいと思ひます。

野菜の好きな小野町っ子をめざしましょう。



あなたのお子さんは、にんじんやほうれん草・かぼちゃなどの色の濃い野菜を食べますか		
1	ほぼ毎日食べている	52
2	ときどき食べている	135
3	ほとんど食べない	7

