

「食」について振り返ってみませんか？

6月は食育月間

問さざんか会館中央保健センター食育推進係 TEL 0857-20-3192 FAX 0857-20-3199

家庭からはじまる食育の輪



平成17年6月の「食育基本法」成立にあわせ、国は6月を「食育月間」に設定しました。法の中で、食育とは「さまざまな経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」としています。

本市の取り組み

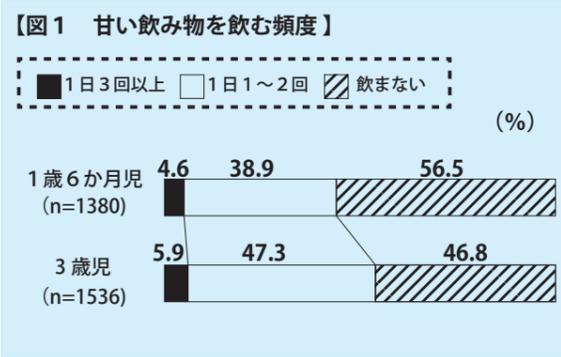
本市では、バランスのとれた食習慣の定着や、地域の特色を活かした食生活の体験、実践など、「食」を通じ、生涯にわたっていきいきと元気に暮らすことができるよう、「第2次鳥取市食育推進計画・食育推進事業実施計画」を策定し、充実した食育の推進に取り組んでいます。(推進期間 平成28年度～令和2年度)

ステップ！甘い飲み物！

計画の基本方針のひとつである「すべての年代において健康的な食習慣を身につける」では、「甘い飲み物を飲まない子どもを増やす」ことを取り組みのひとつとしています。

計画策定にあたり行ったアンケート調査では、本市の幼児が甘いものを飲む頻度は、1歳6か月児で「1日1～2回」「1日3回以上」をあわせると44%、3歳児では53%と約半数という状況でした【図1】。また、成人では、約半数以上が週3回以上砂糖入りの飲み物を飲む習慣がありました。

これらの現状を踏まえて、甘い飲み物に含まれる糖分をステイックシュガーの本数に換算したパネルや配布物を作成し、イベント、健康教室、相談などのさまざまな機会を通して、飲む量や頻度が多くなることによる体内での影響や、習慣化することによる将来の健康への影響を説明するなど、継続して啓発を行っています。特に乳幼児の保護者には、離乳食講習会や乳幼児の健診などで、お子さんが中学生や高校生になり自分で飲み物を購入するとき



食育の重要性

私たちが取り巻く社会情勢がめまぐるしく変化していく中、不規則な食事や栄養の偏り、それに伴う生活習慣病の増加をはじめ、食に関するさまざまな課題がみられる現在だからこそ、生涯を通じて食育が非常に重要な役割を担っています。今一度、毎日の食事や食習慣をはじめ、「食」について考えてみてはいかがでしょうか。



「ビックリ！この飲料水にこれだけの糖分があるんだ…」

今月の表紙

開通を祝して踏みしめる



5月12日(日)に待望の開通を迎えた「山陰道鳥取西道路」の鳥取西IC～青谷IC間。この開通を前に、4月27日(土)にウォークラリーイベントが行われ、およそ1,000人の参加者ができたばかりの道路を歩きました。鳥取西ICから高住高架橋までの片道およそ2.5kmのコースには、湖山池を見渡す事ができるポイントがあり、参加者は開通前ならではの景色を眺めながら写真を撮るなどして楽しんでいました。この全線開通により、鳥取市の観光振興、物流の活性化などが期待されています。

○表紙をスマートフォンで読み取ると動画をご覧ください。

視聴方法についての詳しい手順は、右のQRコードを読み取りいただくか、下記URLからどうぞ！



http://www.city.tottori.lg.jp/www/contents/1533694264436/index.html

PUBLIC INFORMATION

鳥取市の人口

男 : 90,345人 [+134]

女 : 97,183人 [+106]

合計 : 187,528人 [+240]

世帯数 : 80,125 [+370]

令和元年5月1日現在 [] 内は前月比

防災行政無線の内容は電話で確認できます

防災行政無線の放送内容が聞き取れなかったときなど、放送内容の確認をしたいときは、「防災行政無線放送内容確認ダイヤル」へお電話ください。

※本庁舎から一斉放送したものに限りです。

TEL 0857-21-6100

とっとり市報

Contents -目次-

今月の表紙・人口・主な連絡先	P2
特集 6月は食育月間	P3
特集 鳥取市国土強靱化地域計画を策定しました	P4-5
特集 鳥取市地域福祉推進計画を策定しました	P6-7
令和元年度集団検診日程	P8
シリーズ@じんけん	P9
まちかどアルバム、連載 新本庁舎建設について	P10-11
健康・病院	P12-13
ピックアップインフォメーション	P14-19
情報ひろば、無料相談	P20-29
各施設催し物のご案内	P30-31
6月のカレンダー、読者プレゼント	P32

鳥取市役所

TEL 0857-22-8111(代)

FAX 0857-20-3040

〒680-8571 (郵便物は郵便番号と課名のみで届きます)

本庁舎 尚徳町116番地

第二庁舎 上魚町39番地

駅南庁舎 富安二丁目138番地4

さざんか会館 富安二丁目104番地2

下水道庁舎 秋里903番地

各総合支所

国府 TEL 0857-39-0555 FAX 0857-27-3064

福部 TEL 0857-75-2811 FAX 0857-74-3714

河原 TEL 0858-76-3111 FAX 0858-85-0672

用瀬 TEL 0858-87-2111 FAX 0858-87-2270

佐治 TEL 0858-88-0211 FAX 0858-89-1552

気高 TEL 0857-82-0011 FAX 0857-82-1067

鹿野 TEL 0857-84-2011 FAX 0857-84-2598

青谷 TEL 0857-85-0011 FAX 0857-85-1049

鳥取市公式ホームページ

http://www.city.tottori.lg.jp/

携帯電話対応ホームページ

http://www.city.tottori.lg.jp/mobile/

電子メール

kouhou@city.tottori.lg.jp

お持ち帰り用の市報を、地区公民館などに設置しています。どうぞご利用ください。

編集・発行

鳥取市企画推進部秘書課広報室

TEL 0857-20-3132 FAX 0857-20-3056

発行/令和元年6月1日

印刷/日ノ丸印刷株式会社