

# 「食育推進チーム」だより

～富士見町食育推進計画を推進します～

## 富士見中学校の給食

問 富士見中学校 学校栄養職員(畠山) ☎62-2009

新学期が始まって4か月が経ちました。中学校の給食は小学校の1.2倍の量があります。1年生は、はじめは主食量の違いに戸惑っていた様子でしたが、今ではモリモリ食べてくれています。

毎日、多くのクラスで余ったおかずのじゃんけん大会が開かれています。ほんの少し残食が出てしまった時は、「もったいないねえ」と悲しそうな表情をする生徒。そんな生徒の行動や思い、担任の先生の働きかけもあって、富士見中の残食はほとんどありません。

「おいしかったです」「また出して」「〇〇が食べたいです」と給食に関しての感想を寄せてくれる生徒も多くいます。食べることに関心のある生徒がたくさんいてとても嬉しいです。



## 長野県食育推進計画(第2次)ができました

問 諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎57-2926

### ～周知から実践へ～



食育とは…知育、徳育、体育の基礎となるべきもので、  
「食」の知識、選択する力を習得し、健全な食生活を実践する人を育てること

県は町と協力して食育を推進していきます。

- 家族や友人との共食の機会を楽しんでいますか？
- 早寝・早起きをし、朝食をきちんと食べていますか？
- 薄味を心がけ、食塩摂取量に気をつけていますか？
- 子どもたちに伝統料理や郷土食等の食文化を伝えていきますか？

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

<http://www.pref.nagano.lg.jp/eisei/hokenyob/kenzo/syokuiku/keikaku/keikaku.htm>

# 健康ふじみ通信

問 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

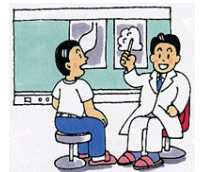
## ～心も体もいきいきと楽しく暮らせる高原の富士見町～

平成25年3月に第2次富士見町健康づくり計画「健康ふじみ21」を策定しました。

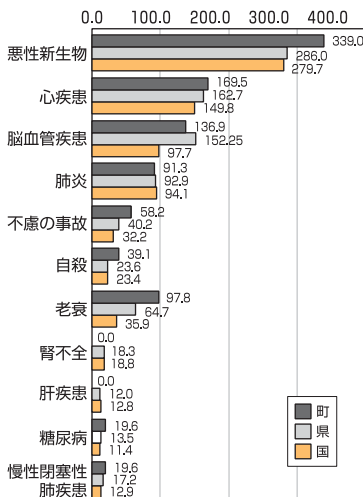
「健康ふじみ通信」では、町の現状をお伝えしながら、計画の取り組みを紹介していきます。今回は、健康管理の分野について掲載します。

### 健康管理

健康を管理して維持・向上していくためには、健康に関する意識の持ち方や、行動変容に向けた取り組みが大切になります。まずは、自分の体に興味を持って、体の状態を知るための健康診査を受診してみましょう。健康診査の結果は、生活習慣の見直しや健康の維持・増進のために活用して、単に受診のみにならないように精密検査もしっかり受けましょう。



### 死因別死亡率(平成22年 国・県比較) ～町の状況～



○悪性新生物(がん)、心疾患、自殺、老衰、糖尿病、慢性閉塞性肺疾患で死亡する方が、国・県を上回って多くなっています。悪性新生物(がん)の部位別死亡率では、「気管、気管支及び肺」が男女共に高い状況です。

○がん検診の受診率は、国、県と比較して低く、減少傾向にあります。精密検査受診率は、大腸がん検診が65%(過去3年間の平均)と低いです。検診を受けても、その後精密検査を受ける方が少ないです。精密検査が必要と判断された方は、必ず医療機関を受診しましょう。

#### ◀平成24年度諏訪保健所業務概況書より

町では、がん検診・特定健診を実施しています。対象となる方で、申し込みをされた方には通知させていただきます。追加のお申し込みもできます。検診(健診)に関するお問い合わせは保健予防係(保健センター)までお願いします。健康診査後の相談や、健康に関する相談を随時行っていますので、お気軽にご相談ください。