

笠間市健康づくり計画を策定

笠間市健康づくり計画(後期計画)は、市民の健康づくりの指針となることを目指して、平成29年3月に策定されました。市民の皆さんが健康づくり活動に参加、実践し、「みんな元気に健康かさま」を実現できるように、それぞれのテーマにそってご紹介させていただきます。

食育推進計画の目指す姿

「食べる力」Ⅱ「生きる力」を育む
食育の環を上げます。

「食」は、人が生涯にわたり、心身ともに健康に生活するための命の源です。しかし、市民の生活は、社会・経済構造等の変化、ライフスタイルや価値観の多様化等を背景に、個人の好みを重視する食生活スタイル、便利さを重視する食生活スタイルへと移行しつつあります。また、不規則な食生活による栄養の偏り、生活習慣病有病者や予備軍の増加、「食の大切さ」の欠如などさまざまな問題が生じています。

後期計画では、これらを踏まえ、特に「若い世代」に向けた食育について、学校・保育所(園)・幼稚園・認定こども園、地域のボランティア団体、地元農業・商業関係者等、各関係機関との連携を強化し、市民の皆さまと一緒に取り組んでいきます。

施策の方向と市民の取り組み

(1) 栄養・食生活の充実

3食きちんと食べることがすすみます。特に幼児から高校生とその保護者、20歳代、30歳代の青年期では、朝食の欠食回数を少なくしましょう。また、生活習慣病予防につながる食生活を心がけ、家

庭で作った料理を食べる機会をなるべく増やしましょう。そのほか、地域で開催される調理体験型の食育教室などにも積極的に参加しましょう。

(2) 学校・保育所(園)等における食育

正しい食生活を実践できるように、園児・児童・生徒とその保護者は、給食・食育だより・献立表などを通して、栄養バランスや食事マナーの知識を深めるとともに、家庭内での興味・関心を高めましょう。

(3) 地域の食育・食文化をきずく

笠間市の優れた農産物や笠間焼などの地場産物に関心を持ち、地産地消や食文化伝承をすすめます。また、食をめぐる交流事業やイベント・地域で開催される料理教室等にも積極的に参加し、家庭の食卓に取り入れましょう。

「食」や「食育」の重要性を積極的に広め、食のいとなみを支援する多様なネットワークを整え、各種食育事業を関係機関と連携・展開し、乳幼児から成人、高齢者に至るまで、ライフステージに応じた食育活動を推進します。

「笠間市健康づくり計画」の計画書(本編)は、市のホームページ(URL: <http://www.city.kasama.lg.jp/page/page000254.html>)をご覧ください。

生涯学習だより 68

■問い合わせ／生涯学習課(内線382、384)

— Life Long Learning —

Life Long Learning= 生涯学習

個性豊かな作品を展示 第17回全国こども陶芸展inかさま

「第17回全国こども陶芸展inかさま」を開催します。

今年も全国からたくさんの応募があり、個性豊かな力作が揃いました。その中から150点の入賞作品と中学3年生の作品を展示します。子どもたちの創造力豊かな作品をぜひご覧ください。

会期：7月28日(金)～8月31日(木) 午前9時半～午後5時(最終入館は4時半)

※7月28日(金)は午前11時開幕 ※月曜日休館 ただし8月14日は開館

場所：茨城県陶芸美術館・県民ギャラリー(笠間2345)

県民ギャラリーは入場無料



手作りの竹とんぼに歓声 笠間市・矢板市子ども会交流会

笠間市子ども会育成連合会では毎年、姉妹都市である栃木県矢板市の子ども会会員と「笠間市・矢板市子ども会交流会」を実施し、親睦を深めています。

毎年交互に笠間と矢板を会場としていて、今年は5月28日(日)に笠間を会場に開かれました。市内の子どもたち、子ども会役員、高校生ボランティアが矢板市の子どもたちを迎え、北山公園でのトレジャーハンティングや、友部公民館での竹とんぼ作りを体験しました。

『どこ竹武蔵野三鷹』の皆さんの指導による竹とんぼ作りでは、自作の竹とんぼで飛距離を競争。会場は子どもたちの歓声に包まれ、大変盛り上がりしました。



竹とんぼを作る子どもたち