

元気もりもり あさひの子

健康な生活に向けて進んで取り組む児童の育成
～食がつなぐ命と未来～

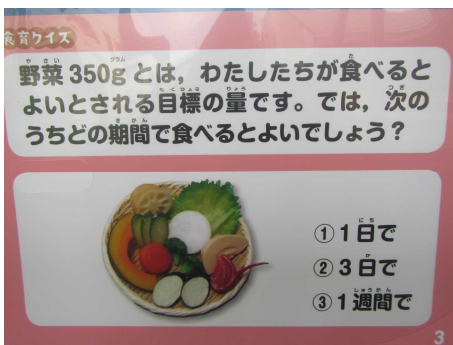
No. 1 4

2020. 8. 31

8月31日は「やさいの日」野菜クイズに挑戦!1

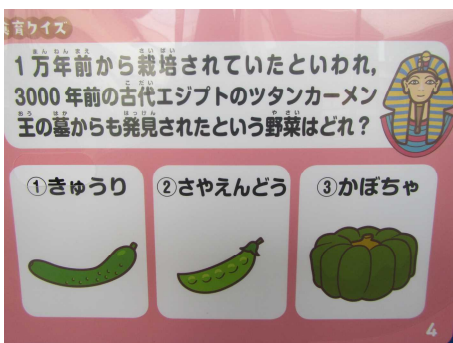


例年に比べると短い夏休みでしたが、子どもたちはそれぞれの思い出をたくさん抱え、元気に学校に帰ってきました。休み中、大きく体調を崩すこともなく過ごすことが出来ましたことを、みなさまとともに喜びたいと思います。2学期の「元気もりもり あさひの子」もどうぞよろしくお願いいたします。

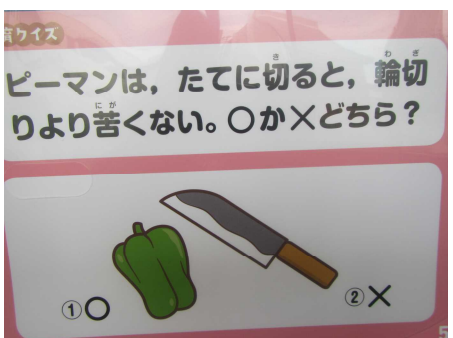


さて、今日8月31日は、野菜の日。1983年に、全国青果物商業協同組合連合会など、9団体が、「もっと野菜のことを知ってほしい」「野菜をたくさん食べてほしい」という願いから制定した記念日です。

本校では、2学期に入り、今以上に食に対する興味・関心が広がるように掲示コーナーに「めざせ！食物博士！」というクイズを掲示し、子どもたちが楽しく考える時間を作っています。



連日休み時間には、掲示された食育クイズの前で、子どもたちがお互いに自分の考えを交流させています。耳を澄ますと、大人顔負けの知識をもって考えているやり取りが聞こえてきて、「さすが元気もりもりあさひの子」と感心させられることしきりです。



さて、みなさんは、左に掲げた「野菜に関するクイズ」の答えが分かりますか？最後のピーマンに関するクイズは、実際に切って、味わってみるのがいいかもしれません。クイズの答えは、是非お子さまに聞いてみてください。

さあ、今日は野菜の日。ご家族みんなで、旬のおいしい野菜を味わってみてはいかがでしょうか。

弘前市「健康増進計画」について

さて、今日は、弘前市の健康増進計画についてお話しします。

弘前市健康増進計画「健康ひろさき21(第2次)」は、2014年度から2022年度までの計画として推進されています。2019年策定の「弘前市総合計画」の政策方針の一つである「地域共生社会の実現に向けたまちづくり」に基づく政策・施策を健康分野からのアプローチにより、具体的・体系的に展開されています。

中間評価(2019年現在)の現状と課題は、以下のとおりです。

① 現状

- ア 平均寿命は全国平均よりは下回っているが、男女とも徐々に伸びている
- イ 早世死亡(全死亡に占める64歳以下の死亡)の割合は全国平均より上回っているが、年々減少傾向にある

② 健康分野の課題

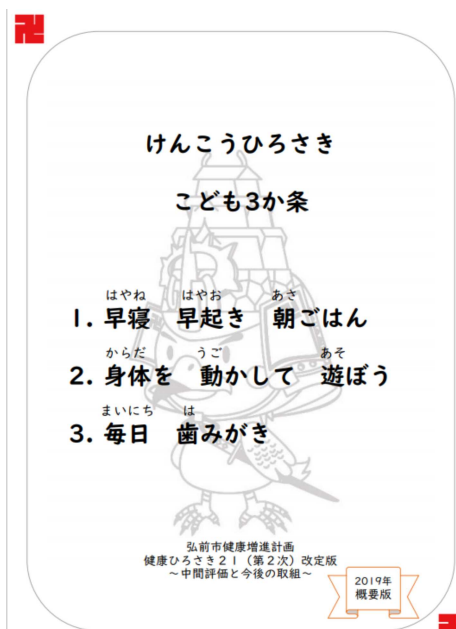
- ア 生活習慣病の発症及び重症化の予防
- イ ころとからだの健康づくり
 - ・産官学民連携による健康づくり(地域の健康づくりを担う人材の育成及び活動支援)

③ 健康ひろさき21(第2次)の重点課題

- ア 働き盛りの健康アップ推進
- イ 子どもの頃から身に付けよう健康習慣
 - ・年齢にあった生活習慣の形成
 - ・望ましい食習慣や知識の習得
 - ・適正な活動量、体力の維持増進
 - ・家族ぐるみの健康づくり

④ けんこうひろさき子ども3か条⇒ご覧ください

生活習慣病の発症・重症化を予防し、少しでも長い期間、健康で自立した生活を過ごすためには、子どもの頃から健康に対する意識をもち、正しい知識を身に付け、望ましい生活習慣を心掛ける必要があると言われてしています。健康習慣の定着に向け、関係機関や団体と連携し、健康教養(健康情報や医療機関を適切に利用し、活用するための力)の向上に取り組み、生活習慣病予防を意識した食育等の取組が推進されています。



<参考1> クイズ参考資料

『めざせ!食育博士』 文:宮島 則子
出版 株式会社 全教図

<参考2> 弘前市農林部農業政策課「弘前市食育推進計画」