

食事

3-2

目標 3・3・30運動をすすめる

わが市の課題

- ・「主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている」
…66.4% 15-39歳でその割合が低い
(県民栄養調査から)
- ・「一日30品目とれるように努力している」
… 28.6% 15-49歳でその割合が低い
(県民栄養調査から)
- ・「3・3・30運動ということばをきいたことがある」
…33%
(県民栄養調査から)

みんなの役割	内容	取り組む主体
市民一人ひとりや 家庭で取り組むこと	・3・3・30運動を知り、努力する	個人
地域で 取り組むこと	・3・3・30運動を啓発する ・情報提供する(コミュニティだより・行事等)	ヘルスマイト・住民団体 中讃保健福祉事務所・専門団体 ヘルスマイト・住民団体 専門団体
行政が 取り組むこと	・3・3・30運動を啓発する(ポスター、食生活指針) ・小学校において3・3・30運動を指導する	健康課等 学校給食センター

目標年次(平成28年度)の評価目標

- ・3・3・30運動ということばをきいたことがある……………50%以上
- ・主食・主菜・副菜をそろえて食べるようにしている……………70%

備考 3・3・30運動:1日3食(朝・昼・夕)3つの器で(主食・主菜・副菜)30食品を食べよう