

食事

3-1

目標 バランスのよい食事を家族揃って食べる

わが市の課題

- ・「栄養のバランスを考えて食事作りをしていますか」(丸亀市立保育所から)
…考えている 38% 少しは考えている 58%
- ・「一人で食べることが多い」(生活アンケートから)
…小2朝食 8.6% 夕食 0.9%
…小5朝食 17.3% 夕食 3.9%
…中2朝食 42.3% 夕食 13.8%
- ・「一日に一回以上家族と一緒に食事をする」(県民栄養調査から)
…15～19歳 70.7% 20～29歳 71.4% 70歳以上 76.2%

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	<ul style="list-style-type: none"> ・家族揃って食べる ・自分にあった食事を知る 	家庭 個人
地域で 取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスのとれた料理、男性の自立のための料理を普及させる ・各グループ・組織の中で声かけをする ・情報提供する(例 コミュニティだより) ・食生活指針を普及させる ・食育月間「6月」・食育の日「19日」をPRする ・食事バランスガイドを普及させる 	ヘルスマイト コミュニティ・住民団体 ヘルスマイト・住民団体・専門団体 ヘルスマイト・専門団体 香川農政事務所 中讃保健福祉事務所 香川農政事務所 中讃保健福祉事務所
行政が 取り組むこと	<ul style="list-style-type: none"> ・食育月間「6月」・食育の日「19日」をPRする ・食事バランスガイドを普及させる ・給食試食会や栄養研修を通じ、保護者にバランスのとれた食生活の必要性を啓発する 	健康課・保育所・幼稚園 小学校・中学校等 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

- ・一日に一回以上家族と一緒に食事をする人の増加

備考 ※専門団体 …栄養士会、中讃保健福祉事務所等