



大城 勝 議員

# 食のスタイル変え、健康なまち南風原へ

## 答 野菜を多く摂取する料理を勧めていく

**問** 町の特定健診の結果から何が分かるか。

**副町長** 町の特定健診の結果からメタボリック症候群が約4割、高血糖が5割いるという実態が分かった。脂肪の摂りすぎと野菜の摂取が少ないと町民の食生活を分析している。

分析を基に個々の基準量を考え、食品に含まれる脂の量を伝えること。また、油を使わない料理、野菜を多く摂取する料理を勧めていく。

**問** 健康意識を高めるための普及啓発方法はどんなになっているか。

**副町長** 普及啓発として町民への健康レシピカレンダーの配布、交差点などでの横断幕掲示、チラシ配布、ポスターの掲示、食の講演会、説明会の開催などに取り組んでいる。



健康レシピカレンダー

**問** 食生活改善への取り組みで町民の反応をどう捉えているか。

**副町長** 食に関する講演会やパネル展示を文化センターで開催した。町民の反応として、「食の大切さを知り、油の使い方や野菜の摂取に気を使いたい」など食生活の見直しや改善の意見が多かった。

**問** 健康への意識を高めることが重要である。町長の健康づくりに対する考えを問う。

**町長** 保健指導のもと、自身自身の健康管理には努力している。運動では万歩計を活用し、食事面では油もの料理を控え、野菜類を意識して摂るようにしている。担当の保健

師からは、町長自らが健康管理に努力すれば、町民も納得するので頑張ってもらいたいというエールが送られている。

**問** 健康づくりをより普及させるため、地域の応援スタッフの育成ができないか。

**民生部長** 健康づくり推進協議会があり、数名の委員で構成している。それを地域(字)単位で組織化したい。委員を募り健康に関心を持つような組織を作っていきたい。

こんな質問もしました

- ・ 老朽化した照屋青年会館トイレの修理工事を
- ・ 全町民参加型運動会の開催を
- ・ 町陸上競技大会を盛り上げるために