



澤家は8人家族。会話ははずむ夕食のひとつ

会が少なくなってきました。  
 食生活の多様化が進んでいる中で指摘されているのは、朝食の欠食や弧食の問題です。また、カルシウム不足や脂肪の過剰摂取など偏った栄養の取り方に起因する新たな健康問題が増えています。  
 平成十六年度に実施した県内の

小学校、中学校、高校の各学校健診の間診票のうち、「ふだん朝食を食べるか」の設問に対し「ほとんど毎日食べる」と答えている人の割合は、学年が上がるにつれて低くなっています。  
 本町でも、図一のとおり「ほとんど毎日食べる」と答えた人は、

小学一年生の九一・四割に對して、高校三年生が七五・六割となり落ち込んでいます。週四日以上食べない高校生は、一五・九割になっていきます。  
 対象となる児童生徒数が少ないため、一人当たりの割合が大きくなる傾向があるものの、小学生の欠食率は、盛岡保健所管内で最

も高くなっています。県内の全市町村と比較しても、五十九市町村（平成十六年現在）中、小学生が四番目、中学生が六番目と非常に高い欠食率になっています。  
 また、図二のとおり「ほとんど食べない食品群がありますか」の質問では、中学一年生が三九・一割と最も高く、次いで高校三年生の三五・四割になっています。

県全体でも、同様に中学一年生の割合が高く、年齢が上がるにつれて、食べない食品群、いわゆる偏食が増えています。  
 そのうち、大豆製品を食べない人の割合は一八・八割と最も高く、次いで野菜類と魚類が同率の一・二・九割、いも類、乳製品が一・二・四割の順になっています。肉類を食べないという人の割合は、最も低く、この結果からみても魚や野菜、豆腐や納豆などを主な副食としてきたこれまでの日本の食生活が崩れてきています。

**子どもが危ない！  
 今なぜ食育なのか**

最近、「食育」という言葉を耳にする機会が増えていませんか。

図3

食べない食品群の割合

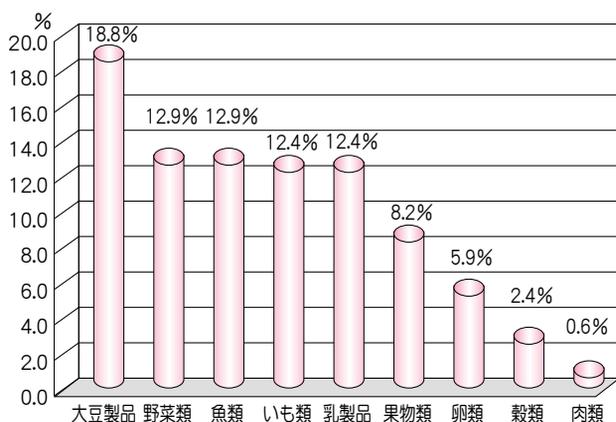


図2

質問：ほとんど食べない食品群がありますか？

