

将来の体型は幼児期がカギです

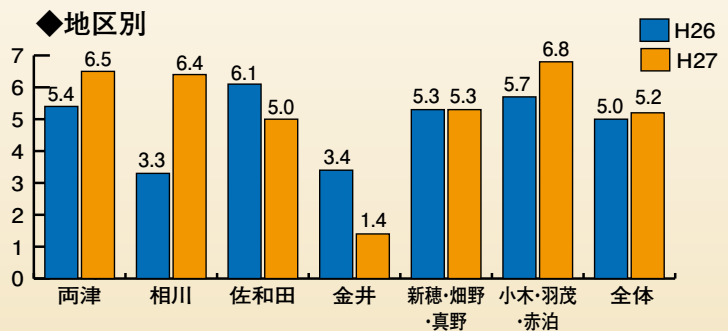
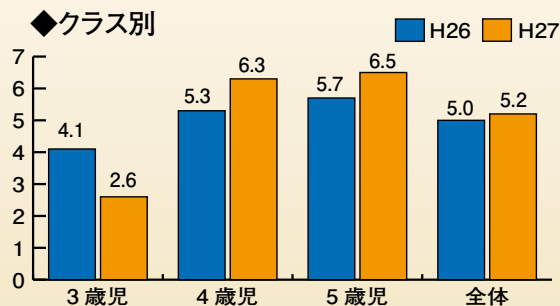
毎年6月に、市内全保育園と幼稚園の3歳児から5歳児までを対象に体格調査を実施しています。この調査は、新潟県内の保育園で平成10年から継続して行なっているもので、身長伸びと体重の増減の割合から、肥満度+15%以上を肥満傾向児として判定しています。

今年と昨年の肥満傾向児の割合を、クラス別と地区別にして比較しました。昨年の新潟県の平均は4.2%でした。佐渡市は新潟県の中でも肥満率が高く、子どもだけでなく、高齢者まで共通しているのが特徴です。

4歳児・5歳児に比べると、3歳児の肥満傾向児の割合は少ないですが、3歳児にその傾向だったお子さんは、上のクラスに進級しても変わらず肥満気味のようです。

給食時の食べ方を見ていると、よくかまず早食い傾向にあるお子さんがいます。また、帰宅後の間食についてはどうでしょうか。親が買わないように、食べさせないようにしている反面、祖父母に預けているといろいろなものを食べているという声もきかれます。お子さんが健やかに育つようにもう一度よく考えてみませんか。

★肥満傾向児(肥満度+15%以上)の割合(%)



佐渡市統一メニュー紹介 米粉黒糖蒸しパン

材料(幼児用10個分)

- 卵: 1個、砂糖20g、
- 米粉(ミック): 90g、
- ベーキングパウダー:
- 小さじ1強、黒砂糖:
- 50g、水: 大さじ2、
- サラダ油: 小さじ2、牛乳: 60cc



1個 80kcal

作り方

- ① 黒糖シロップを作る。鍋に黒砂糖と水を入れて火にかける。沸騰して黒砂糖が溶けたら火からおろし、冷ましておく。
- ② ボールに全卵、砂糖を入れて、泡立て器でもったりするまで泡立てる。
- ③ 一緒にふるっておいた米粉とベーキングパウダーを加える。黒糖シロップ、サラダ油、牛乳の順で混ぜる。
- ④ 混ぜたらアルミカップに流し入れる。蒸気があがった蒸し器に入れて、中火で15分位蒸す。

「離島甲子園」に佐渡市中学校選抜チームが出場しました

8月24日(月)から27日(木)にかけて、国土交通大臣杯第8回全国離島交流中学生野球大会(通称:離島甲子園)が、長崎県五島市で開催され、全国の離島から23チームが参加しました。佐渡からは、市内の中学校8校から選抜された18人の選手による「佐渡市中学校選抜チーム」が出場しました。

トーナメント戦のシード2回戦で、沖縄県の「石垣島ばいーぐるズ」チームと対戦しました。グラウンドコンディションが悪いなか、残念ながら0対6で敗退しました。交流戦では、東京都の「八丈島選抜」チームと対戦し、序盤は両チームとも点が入らないままこう着状態でしたが、4回裏に一挙4点を取り、4対0で勝利しました。試合終了後は、両チームの健闘を称え、スタンドの観客から大きな拍手が送られました。

来年の第9回大会は、島根県の隠岐の島町で開催される予定となっています。

