

パナップは、みなさまの市民活動を支援します！ **くしま市民活動交流センター**

パナップが開館して、もうすぐ1年が経とうとしています。パナップって何するところなの？ そんな『？』を解決するため今回はセンターの中身について説明していきます。

パナップのお仕事、
教えます

想いをカタチに



シンプルに言うと、市民によるまちづくりの拠点です。まちづくりというと、どうしても大きな話に思えますが、市民の小さな課題の解決の積み重ねこそが、より良い串間の発展につながっていきます。個人や仲間、職場や地区、いろいろな枠組みの中で生まれる「串間」に対する想いや悩み。「地域の活性化をしたい」「地域の課題に困っている」それをカタチにするお手伝いをしています。この串間で、明るく、健康で、幸せに暮らしていきたい。そんなまちを市民自ら、市民活動を通してつくっていきます。その市民活動をパナップは応援しています。

市民と行政の対等な関係づくり



想いをカタチに？ 具体的には市民活動を行う上で必要な、企画の具文化や人材育成、資金繰りなどの助言をしています。また市民と行政との間に立ち、それぞれが連携できる関係づくりも行っています。難しい課題でも市民・企業・行政が共に手をとり課題の解決できるように協働のお手伝いを積極的に行っています。情報発信においては、まちづくりに携わる方やこれからはなにか始めた方など、まちづくりをキーワードに皆さまへの紹介も行っていきます。パナップには常時スタッフがいまので、ちょっとした相談やお話でも気軽にどうぞ。いつでも歓迎いたします。

くしま市民活動交流センター facebook

くしま市民活動交流センター 検索

ネットで検索!

センター長の岩下です。今月は節分の鬼になりました！鬼になるのは幼稚園のお遊戯会ぶりです。パナップでは市民の方のご意見を募集しています。2月のテーマ「まちづくり」についてです。ご意見ください!!

子育て支援

串間市では市内12の保育所(園)にて統一献立による給食を実施しています。

保育所給食のねらい

乳幼児期は「食を営む力」の基礎を作る、とても重要な時期です。成長に必要な栄養量の供給に加え、さまざまな味との出会いで味覚を育てます。また、食事のマナーや望ましい食習慣をつけることに加え、みんなと一緒に楽しく食べることができるように取り組んでいます。

こんなことを心がけています

①できるだけ地元産の食材を用いた安全・安心な給食

②旬の食材や幅広い料理を取り入れ、食経験を広げる

③串間の特産物や伝統料理、行事食を取り入れ、食文化に触れる

特に芋を使ったメニューは、芋ごはんからまさごもち、さつま芋パイまでバリエーションは豊富。また、毎月お誕生会や行事食などにも力を入れています。

保育所給食で提供しているもの

・0歳児
完全給食(授乳・離乳食)

子育て支援情報

生活習慣病の予防は子どもの頃の食習慣がカギ

14

～保育所(園)の給食と家庭の食事、両方から子どもたちにより良い食習慣をつけていきましょう～

個々の発育・発達に合わせた対応をしています。

・1～2歳児
完全給食+おやつ(午前と午後)
約500kcal(1日の必要量のうち50%を満たす)

・3～5歳児
副給食+おやつ(午後)
副食(おかず)のみの給食で、主食(ごはん)は家庭から持参します。約520kcal(1日の必要量のうち40%を満たす)

家庭での食事も大切

最近、子どもの肥満が増加しており、問題になっています。グラフからもわかるように串間市でも平成15年には肥満傾向にある児童が約2倍に増えています。

原因は、不規則な食事や朝食の

からもちわかに串間市でも平成15年には肥満傾向にある児童が約2倍に増えています。

年齢	平成15年	平成23年
1歳6か月児	2.3%	4.6%
3歳6か月児	2.5%	6.5%

欠食、食べ過ぎ、偏った栄養、間食が多いことや運動不足など。つまり給食だけでなく、家庭での食事やおやつにも十分な配慮が必要となるわけです。

子どもの肥満は60～70%が大人の肥満へ移行します。すると、あらゆる生活習慣病を発症するリスクが高まります。人の味覚の形成は生後2、3カ月ごろから学童期まで。このころに身につけた味覚や食習慣が一生の嗜好を決めるとさえ言われています。つまり、幼少期から学童期における食習慣や食行動が予防のための重要な鍵を握っているのです。子どもの生活習慣は、その子の一生を左右すると言っても過言ではありません。早寝早起きを基本に3食規則正しく食べ、食べ過ぎないこと。特に、菓子や清涼飲料水から糖分を取り過ぎないことなど、幼いころから正しい食習慣を身に付けさせ、肥満をはじめとする生活習慣病から串間の子どもたちを守っていききたいものです。

●問い合わせ先 福祉保健課子育て支援係 ☎72-0333 (内線504)