

# えがおがいちばん!!

平木 ひらき

美和ちゃん (1歳)  
「おすわりが出来るようになったよになりました」



松尾 まつお

日菜ちゃん (3歳)  
「おしゃべりだいすき」



★問い合わせ・申込先★  
〒756-8601 山陽小野田市役所総務課 (☎82-1148)

小学校就学前までのお子さんの写真を募集しています!



# ねたろう君の食育くらぶ

元気いっぱい★



## 朝食を食べていてもその内容は…

平成 28 年度山口県学校栄養士会の食生活アンケート結果によると、本市では、小学 5 年生 84.5%、中学 2 年生 86.3%が「朝食を食べている」と回答しました。しかし内容を見てみると、「主食のみ」が小学 5 年生 37.6%、中学 2 年生 36.6%と、内容に偏りがあることが分かりました。

Only?



## ◎朝食もバランスが大切!

「パンだけ」「ご飯だけ」では、必要な栄養素が不足します。「ねたろう食育ランチョンマット」などを参考にして、主食・主菜・副菜のそろった食事を心がけましょう。

栄養バランスを  
チェック!

主食  
脳のエネルギー



主菜  
体温を上げる

副菜  
排便を促す

## 今月のヘルスマイト 食育元気かるた

ヘルスマイトが地域に出向き、かるたで食育活動を行います。



の「脳と体 力のもとは 朝ごはん」

【問い合わせ先】健康増進課 ☎ 71-1817

男女共同参画宣言都市

# 女と男の行詩

今月から、第18回応募作品を紹介します。

本市では、男女共同参画社会基本法が制定された同じ年の平成11年から、男女共同参画社会の実現に向けた啓発活動の一環として、「女と男の行詩」の募集を行っています。18回目となる今回は、全47都道府県から3,689通もの応募がありました。

今回寄せられた作品は、子育てに関するものが目立ち、「家族はもちろん、地域や職場、社会が支え合わなければ。」という気持ち表れた作品が多く見受けられました。

○子育ての 楽しみ夫と はんぶんこ

○活躍をしたいができぬ

このままじゃ(子のママトヤ)

○気難しい 爺が児童の 交通ガイド

これらの作品を収録した冊子「第18回女と男の行詩」は、1冊250円で市民生活課および山陽総合事務所で販売しています。また市ホームページに作品を掲載していますので、ぜひご覧ください。

