

# えがおが いちばん!!

上原 七憺くん(6歳)、千颯ちゃん(1歳)  
「もっすべー年生、優しいお兄ちゃん♡」



藤井 一司くん(2歳)  
「早く幼稚園に行きたい！」

お子さんの写真を募集しています!



★問い合わせ・申込先★ 〒756-8601  
山陽小野田市役所 シティセールス課 ☎82-1148

# ねたろう君の 食育くらぶ

## 朝食を食べていますか?

平成29年度に実施した「食育に関する市民意識調査」の結果、朝食を「食べない日がある」または「ほとんど食べていない」と回答した市民の割合は、20歳代男性が最も多く55.3%、次に30歳代男性の37.6%でした。

市では、「第2次山陽小野田市食育推進計画」において、朝食を食べない人の割合を減らすことを目標としています。毎日朝食を食べて、1日を元気に過ごしましょう!

## 朝食摂取のステップ

- ◆食べる習慣がない人  
まずは食べ物を口にすることから始める
- ◆時々食べない日がある人  
前日から準備するなど、朝の調理時間を短縮して毎日食べるようにする
- ◆毎日食べている人  
「主食・主菜・副菜」がそろうように意識する

**主食** ▶ 脳のエネルギー源となる

**主菜** ▶ 体温を上昇させる

**副菜** ▶ 排便をうながす



6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」

【問い合わせ先】健康増進課 ☎71-1814

水道のことは水道局まで ☎83-4111

# 水とくらし



## ◎水道管の更新および耐震化事業

水道局では、毎年計画的に耐用年数を経過した水道管の更新工事を行っています。この更新工事は、水道管の布設経過年数だけでなく、過去の漏水事故や赤水発生の頻度等を考察し、路線ごとに優先順位を定めて実施しています。また、更新する水道管はすべて耐震性能に優れた継手構造をもつ「耐震管」を採用し、地震や地盤沈下等の

災害に強い水道を目指しています。更新工事の際は、断水や通行規制等でご迷惑をおかけしますが、市民のみなさんに安心・安全な水道水をお届けする重要な工事ですので、今後ともみなさんのご理解、ご協力をお願いします。



【写真提供】一般社団法人日本ダクタイル鉄管協会