

2009 年

4 月 17 日（金曜日） - 食を笑顔に！ 「食生活改善推進員協議会」 -

本日、京丹後市食生活改善推進員協議会の本年度総会が開催されました。食生活改善推進員の皆さんには「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンのもと、栄養改善のための講習会や食育教室の開催、研修会への参加など食生活改善による住民の皆さんの健康増進のため日ごろからご尽力をいただいでいて、心から感謝を申し上げます。

本市は、百歳以上の高齢者の方が全国平均の 3~4 倍（人口当たり）在住され百歳健康長寿に全国的にもトップクラスで恵まれています。この素晴らしい特色を今後ともますます伸ばし、また全国に発信・交流していくため、本年はまず「百歳健康長寿推進計画」（仮称）を策定し、各分野でこのための取り組みを本格的に推進していくこととしていますが、食生活の改善の取り組みは健康長寿推進のための大きな柱の一つであります。

そして、食生活に関連して丹後地域の本市にとって意義深く思いますのは、丹後においては「食」が豊かであること、お米は日本全体の中でもおいしさ特 A 級の折り紙つきであるし、黒大豆、京野菜、果樹などどれをとっても一級品であり、また水産物も間人ガニ、久美浜カキの高い良質性はもちろん、近年はサワラの水揚げが日本一であります。このサワラは DHA や EPA など内臓によいとされる成分が非常に多く含まれるなどいわば健康推進魚であり、食の資源が質・量ともにとっても豊かなのが丹後であります。

それゆえ、本市の食生活改善推進員の皆さんには、食の栄養成分に注目して健康を創っていくという基本的な、大切な機能はもちろんですが、それとともに、丹後の「食」の豊かさも加え織り合わせ、より豊かな生活の魅力、地域の魅力を紡ぎあげていくこと、さらに、それによって百歳健康長寿という丹後の恵みもますます増進が図られること、につながるような大きな使命をもっておられるように思います。「丹後の食材」という宝石の原石を「健康」という宝石へと磨き上げ、さらに「百歳健康長寿」の魅力、地域の豊かさそのものも増していく、というとても大切な役割を持っておられるわけで、そんな丹後地域全体の大きな笑顔のためにますますのご活躍を心から期待をしております。