

平成29年度 卓話集会「質問・要望・提案」一覧表

テーマ:健康寿命の延伸をめざして

【国府新宿福祉館】

※この表は卓話集会当日、会場等に出された「質問・要望・提案」カードの質問に対する回答です。

地区名	確認項目	回答	担当課
国府新宿	<p>血糖値について 戦後10年生まれ、デンプン・タンパク質・油をとって生活するようになってきたが、今の年齢になって、血糖値が高いと警告されている。デンプンを取るのには体に悪いのか。</p>	<p>「デンプン」は、ごはんやパンなどに多く含まれている炭水化物のうちの糖質の一つです。デンプン(糖質)は、自動車というガソリンと同じ役割があり、重要なエネルギー源となります。</p> <p>デンプン(糖質)は、小腸で吸収され、肝臓や筋肉に貯蔵されて、運動時など必要に応じて消費される役割を持っています。欠かすことはできない栄養素ですが、摂りすぎると血糖値を上げるなどの不都合なことが起こります。</p> <p>デンプン(糖質)などの炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルなどの栄養を必要な量をバランスよく摂ることが重要になりますので、主食、主菜、副菜、汁物が揃う食事を心がけましょう。血糖値は、食べ物の量や食べ方、生活なども影響します。</p> <p>スポーツ健康課には、管理栄養士・保健師がおりますので、血糖値などの検査結果や食事、生活についての個別にご相談をお受けしています。ご連絡ください。</p>	スポーツ健康課
国府新宿	<p>給食問題について 一般企業は問題があった場合、直ちに取引カットとなるのになぜ契約を続けているのか。</p>	<p>給食を望む家庭も3割以上あったことから、献立の改善や委託事業者への指導等により中学校給食を継続してまいりましたが、業者からの申し出もあり、10月13日分をもって給食は休止、16日からは全ご家庭に弁当の持参をお願いしているところです。</p>	学校教育課