

会員募集中



はぎの 萩の 秋野 あきこ 昭子さん (久枝)

はちきん



いけもり ありさ 池森 有佐さん (稻生)

に
こ
こ
ら
い
フ

144



小学校給食の調理補助を4月から始めました。仕事は楽しいです。子どもたちの「おいしかった」という言葉を聞くのがうれしいですね。
南国市連合婦人会の会長に就任して2期目です。市の健診のお手伝いや、清掃ボランティアなどの活動をしています。みなさんと和気あいあいとしています。今夏はまはろば祭りです。踊りを披露することになりました。
今後、若い会員を増やすことができれば、いろいろな魅力あるイベントの開催や市への行事への積極的な参加など自分からいろいろなやってみたいですね。

3人の男の子の母です。「女の子もほしかったんじゃない」とよく聞かれますが、家族写真を撮るときに、大きい男子に囲まれたお母さんという図が夢だったので理想どおりでした(笑)。家族みんなで、釣りや潮干狩りに出掛けたり、庭でわら焼きタキや焼き鳥を作ったりと楽しんでいます。釣った魚の刺身やいろんな料理をがんばって作りますが、長男が「世界一おいしい」と言ってくれるのはうれしいです。
今の希望は、家族の健康と、子どもたちがやりたいことを見つけてそれに向かって進んでほしいということです。
性格は「はちきん」と池森さん。取材中も勢いのあるトークと笑顔でその場が明るくなりました。

親子クイズ 482

Q われわれの住む地球が属する太陽系の問題です。
現在、8個の惑星がありますが、それを直径が小さい順に並べると？

- 小さい 1 水星
2
3
4 地球
5
6
7
大きい 8

■応募締切／7月13日(金)必着
■あて先／〒783-8501
南国市大堀甲2301
南国市企画課「親子クイズ」係
*はがきで応募
■賞品／正解者の中から抽選で、5名に図書カード(1,000円)を贈呈

【第481回解答】

- ① China
② France
③ Bangladesh
④ Germany
⑤ Denmark
⑥ Australia
⑦ Egypt

【第481回当選者】

門田彩公子(廿枝)
尾崎 千春(西野田町)
近藤 由紀(里改田)
中田 朋子(浜改田)
北村 広子(十市)

★応募総数／73通 ★正解率／97%

親子クイズは、広報委員が毎月順番に考えています。

第36回チャリティービアガーデン

南国市出身のプロレスラー岡林裕二選手所属、大日本プロレスリングの興行と高知県出身のお笑い芸人2組のシークレットライブを同時開催します。
ぜひ、ご来場ください。

- とき／7月27日(金)17:00~21:00
- ところ／南国市商工会東隣駐車場
- *小雨決行。悪天時は中止。
- 入場料／2,500円(1ドリンク付き)
- *小学生以下は入場無料
- *ビールやおつまみは、別売りです。
- 備考／収益金の一部を南国市や福祉施設に寄付します。



※お問い合わせは、南国市商工会(☎864-3073)まで

第27回小学生のための企業訪問

市内の小学4年生を対象に、地域をよく理解して郷土愛を培ってもらうため、企業訪問を実施します。

- とき／7月24日(火)8:00~16:00
- 集合場所／南国市商工会館3階
- 訪問先／高知県消防防災航空隊、オルタステクノロジー高知、(株)浜幸 果樹園工房
- 対象／市内の小学4年生
- 募集人数／40名(先着順)
- 参加費／1,000円(バス代、保険料、昼食代の一部として)
- 服装／体操服、帽子
- *上履きを持参してください。
- 応募方法／各学校に配布している募集要綱の応募券を貼って、必要事項を記入し、往復はがきで応募してください。
- 応募先／783-0004南国市大堀甲1623-5 南国市商工会「小学生のための企業訪問」係

南国市商工会青年部主催

「食生活の大切さ」について 20人権学習シリーズ

おいしい物を気心の知れた人たちと食べる事はとても楽しい事です。食事をする事で得られる満足感はおなかだけでなく、心も満たしてくれます。食事の中の会話や、料理の味への感動、またそれを共感し合える事が食事の楽しさにつながっていきます。「食べる事が幸せ」という人は世の中にはたくさんいると思います。
適度な量を食べて、適度な運動をして、健康で自分らしくいられたい、いつまでもおいしい物をおいしくいただく事ができ、その人の幸せにつながっていきます。
ただ、現代には食に関するいくつかの問題が存在します。
例えば、朝食は一日のエネルギーとして、頭と体の元気の源になります。朝食を食べることで、学校・職場に行く児童や大人がいます。朝食を食べてくる児童や大人と比べると、朝から集中力の差や元気の度合いが違います。そしてそれが毎日になればその積み重ねによる差は大変大きなものになっていきます。
また、時間的なゆとりがなく食事を手軽に済ませようとして、おなかを満たされるが、栄養のバランスが悪くなっている場合もあります。そういった食生活が続けば、

「食事と健康について」
いずれ体のどこかに不調をきたしてくるかもしれません。
一方、なんらかの原因・理由により食べては吐き、また食べるといった事を繰り返す過食症や、食事を取る事を極端に制限する拒食症を患っている人もいます。これらを長期間患う事で別の病気にかかる事もあります。
いずれの場合も、頭では分かっているけど理想の食生活を送る事が難しい場合が多くあります。その中で自分自身や家族の食生活を顧み、ほんの少しの意識を向ける事で、それが食生活の改善へとつながるのではないのでしょうか。
食事を大切にする事は、食する「人」を大切にする事です。家族や友人と楽しく食事をして、いつまでも、共に「食べる事が幸せ」と思える心豊かな人生を送りたいものです。
*このシリーズはあなたとあなたの周りにいる人の間に温かなつながりが生まれることを願い、人権について考えるきっかけになることを目的としています。

※お問い合わせは
人権啓発広報委員会
(☎880-6569)まで