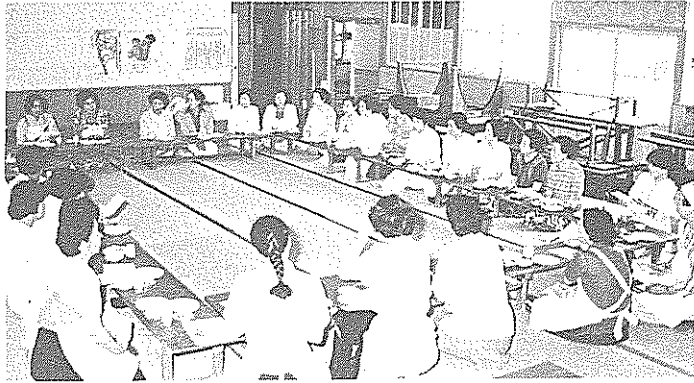


# 健康づくりの輪広がる

（食生活改善推進員）

## 地元で講習会



婦人32人が集まり、正しい食生活について勉強した

今年三月、一年間の講習を終わり、三十六人の食生活改善推進員が誕生。五月二十二日、推進委員の中沢政さん、橋田まゆみさんの二人が、地元での伝達講習会を三和地区公民館で行い、三十二人の主婦が集い熱心に勉強しました。

今回は、「減塩と栄養のバランス」をテーマに、まず中央保健所の栄養士さんが講話。そして、各家庭から持ち寄ったみそ汁の塩分濃度の測定や、ひじきめし、大豆入りきんぴらなどの料理実習も行われました。

最後は、出来上がった料理を囲み、栄養士さん、駐在保健婦さんも加わり、毎日の食生活での注意点などを質問。栄養士さんからは「調味料など、隠れたところに塩が使われていることを知り、高血圧の原因となる塩分の取り過ぎに注意を」とアドバイス。また、手作りみそその作り方など、各家庭での食生活の知恵も出て、和気あいあいに話はずみずみしました。参加

## 明るい地域づくりへ

### 標柱を設置

（岩村地区）

子供たちへの一声運動で明るい地域づくりをと、岩村地区で、温かい家庭づくりを呼び掛ける標柱を設置しました。

今年四月、地区公民館運営審議会で、本年の新しい活動としてこの一声運動が取り上げられたもの。また、このほか環境美化運動として、川へゴミを捨てないように呼び掛ける看板も二十箇所に設置。

五月二十七日には、地区の人が集まり、子供たちの通学路や公民館の前など十二カ所に、標柱を建てました。

標柱には、「声をかけようどの子も同じ地域の子」「子の意見ま

した婦人も「貴重な話が聞け、大変なためになりました」と好評。この地区では今後、健康づくりの講演会を開くなど、健康教育にも力を入れていくそうです。

昨年初めて生まれた食生活改善推進員制度ですが、今それぞれの地区で推進員が講習会を開くなど、健康づくりの輪が大きく広がっています。

なお、五月二十九日には「第一



通学路など十二カ所に標柱を設置

「など」と書かれています。子供たちよりむしろ、大人に考えてもらいたい標語が多いようですが、地区の人たちも「これを見て、みんなで声をかけ合うような地域づくりを進めていきたい」と、話していました。

