

正しい食生活で健康づくり

食生活改善推進教室が開講



成人病と食生活についての講演会も行われた

食生活を改善して健やかに長生きを」と、五月十五日、市役所大会議室で「南国市食生活改善推進教室」が開講しました。これは、正しい食生活を地域に

広める食生活改善推進員を育成し、健康づくりを進めようと開いているもので、今年で三回目。市内各地区から四十人の主婦の皆さんが選ばれて受講します。まず、開講前に参加者全員の血圧を測定、健康管理について認識を新たにしていました。開講式では、岡田年秋環境保健課長が「生きていく上で食生活は非常に大切ですが、それをつかさどる皆さん主婦の積極的な参加と活躍を期待します。卒業して一層の活躍と、地域の活性化と健康づくり事業推進のために積極的な協力をお願いします」とあいさつ。また、石川善紀中央保健所長、土居与千代市推進協議会長、西森律健康づくり婦人会長が次々に祝辞を述べた後、受講生を代表して日



参加者全員の血圧を測定

章地区の末政須智子さんが「修了後は地域へ帰って自分や家族はもちろん、近所の人にも勉強したことを広く伝えて、地域みんなが食生活を改善するよう努力し、協力して地域の健康増進にも努めたいと思います」と決意を表明しました。続いて、石川中央保健所長が「成人病予防と食生活」と題して、食生活と成人病、平均寿命の関係について講演。参加者はメモを取りながら熱心に受講していました。その後、班に分かれて班長を決め、今後の教室運営について説明を受けました。参加者は二月末までの十回のカリキュラムを修了した後、食生活改善推進員として地域に健康づくり運動を広めるために活躍することになっています。

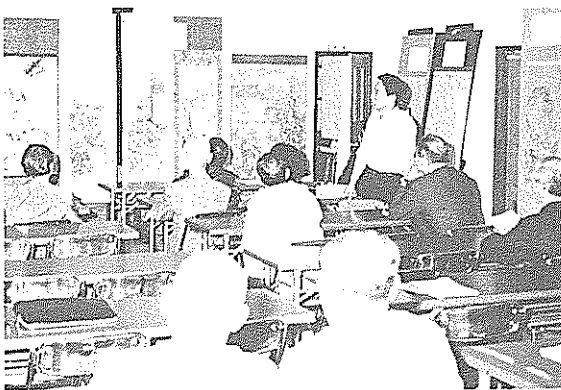
郷土文化の向上を〇〇 会誌の発行など決める

南国史談会総会

南国市を中心とする歴史・地理・伝説、民話などを研究発表し、郷土文化の向上を」と、昨年十月に発足した南国史談会（山本俊夫会長）の総会が五月十三日、大蔵公民館で開かれ、六十一年度の活動方針などを決めました。

展示し、出席した会員は興味深く見入っていました。現在、会員は八十五人。史談会への加入や詳しいことは同会事務局（市教育委員会社会教育課 ☎ 2111 内線314）まで、お問い合わせください。

総会には会員四十人余りが出席。まず、岩原智社会教育課長が「皆さん方が力を合わせて、りっばな郷土文化をつくってください」とあいさつ。続いて、六十年度事業報告、六十一年度事業計画などを承認しました。六十一年度の活動としては、史跡巡りや古書画の鑑賞会、講演会、会誌の発行などを計画。話し合いの中では「身近な事から研究していく必要があるのでは」などの提案もされました。また、この日は「南国市を中心とする画人展」を開催。会員が持ち寄った江戸時代から昭和初期までの貴重な書画三十一幅を会場に



「南国市を中心とする画人展」も開かれた