

食生活改善推進教室

新たに38人が推進員に

基礎食品に関する正しい知識や成人病予防のための講義、調理実習など、十回の講座を終わる二月二十四日、大篠公民館で第三回食生活改善推進教室の修了式が行われました。

今年の修了者は三十八人。この食生活改善推進教室は、各地域で正しい食生活の指導を進め、市民の健康づくりをと、五十九年六月にスタート。現在、一期生と二

期生六十五人の方が、食生活改善推進員として活躍しています。

修了式では、経過報告がされた後、石川善紀中央保健所長らが「健康づくりの主役として地域での活動をもっと広げてほしい」と祝辞。

修了者を代表して葛目治子さんに、吉本助役から修了証書が手渡されました。そして、石川中央保健所長が「今、成人病の中で脳卒中は急激に減少しており、それには食



修了式の後、石川中央保健所長が「成人病について」と題して講演し、食生活の重要性を訴えた

健康づくりは食生活から

おにぎりで祝う ひな祭り

◇ 長岡西部保育所 ◇

三月三日、長岡西部保育所（西原和喜子所長）で「おにぎりまつり」が開かれました。

これは、市米消費拡大推進連絡協議会が米の消費拡大事業の一環として行ったものです。

朝から保育さんたちが用意した五目ずしを四、五歳児が握りました。ほとんどの園児が初めてということでしたが、出来栄はなかなかのもの。自分たちで作ったあつて、味も格別ようでした。

また、三角形のおにぎりにうずらの卵をのせて内裏ひなを作るなど、園児たちは少し変わったひな祭りを楽しく過ごしていました。

自分たちが作ったおにぎりの味は格別



生活が大きな役割を果たしている。南国市でも同じように脳卒中や脑梗塞は減少しているが、反対に脳出血は増加しており、特に四十、五十歳代に多い。この一次予防は食生活が重要なので、いかにして関心を持って実践してもらうようにするか今後の課題です」と講演しました。

その後、教室で学んだ成果を生かして、各グループごとに作った料理で懇親会を開き、今後の活動に意欲を燃やしていました。

なお、新しい推進員は別表の方です。

食生活改善推進員の皆さん

氏名	住所	氏名	住所
竹内 園	白木谷	津野 千恵	大埔甲
竹中 泉	天行寺	野本フサ子	"
小野寺仁美	成合	野島 明子	"
島崎 絹子	才谷	山本 美香	大埔乙
佐々木富美	植野	武市 美代	"
岡本 末子	"	浜田 恭子	"
山崎 初美	植田	山本 和子	"
高村三喜子	国分	田島 徳子	"
岩原 貞美	比江	野村 笑	篠原
小松 富美	"	末政須賀子	田村
葛目 治子	岡豊町笠ノ川	小松 真子	物部
和泉三千子	" 蒲原	浜田 明美	前浜
傍士八重子	西山	常德 愛子	"
二宮 春恵	下末松	西森 信子	片山
岩貞 りえ	東崎	島崎 美子	稲生
吉村 玉恵	"	武市 巻	"
山中 秋子	"	前田とみ子	十市
吉川 美	上野田	土居 英子	"
上田 啓子	大埔甲	乾 たつ	左右山