

こんにちは。保健師です！

思いは同じ！「食」は命の源 生活改善推進員協議会と 生活研究グループが合同研修会を開催

9月11日、南小国町自然休養村管理センターで、初の合同研修会が開かれました。これは、県が主催したもので、「食」を基本テーマに、それぞれ活動する生活改善推進員協議会と、生活研究グループ（農家婦人で構成）が一堂に会し、意見交換することで、新たな発想、活動意欲を生み出していこうと計画されました。

研修会には、阿蘇郡市内から14団体の役員、約80人が参加しました。

今回は特に、共通の課題である、生活習慣病予防のための野菜摂取不足の改善、地元農産物を消費活用するギブアンドテイクによる地産地消の推進、両組織が友好を深め、連携を強化することなどを目的に進められました。

和田順子阿蘇郡食生活改善推進員協議会会長、井手キミ子阿蘇地域生活研究グループ連絡協議会会長など、両組織



の代表による活動発表の後、KJ法という個人個人が用紙に改善・対策法を記入し、同じ意見を集めまとめていく手法で実践に向けた数多くの対策が出されました。

中でも、保育園、小中学校、男性への【食育】実践という共通事業や地産地消という同じ目的での認識を深めることができ、次のような対策が出ました。

今後、共同研究を実施すべき安全な野菜づくりのための土づくり技術の共有
農業体験インタープリター（自然活動の推進や解説をする人の受け入れ）
季節ごとの野菜料理レシピの作成
即売場や販売店での企業も巻き込んだレシピ作成
インターネットTVやケーブルTV、広報紙を活用した更なる広報活動
消費、買い物等の実態調査の継続
子どもや若い人向けに調理法、調味料を工夫する（マヨネーズ、みそ、ドレッシング、ヨーグルト、ごま油、ヘルシー油の利用）
乾燥や冷凍等保存法の紹介

これを機に「健康日本21」で言う「一人一日当たり野菜摂取量手のひら3杯分に到達できるように皆で取り組み、病気を減らしながら農業の活性化も図ることができるなら一挙両得だと思いませんか？

みんなの広場

県民体育祭で、砲丸投げ・女子ソフトボール優勝！

先月、玉名地区で行われた第63回熊本県民体育祭で、次の方々が見事優勝されました！

【陸上 男子砲丸投げ】 30歳〜39歳の部 岩永知巳（黒流町）

【女子ソフトボール】

監督 渡辺眞（元黒川）、コーチ 佐藤正明（坊中）、村上千代美（西町）、佐藤司代（内牧5区）、家人まさみ（西町）、蔵原ゆりえ（北2区）、山代麻衣（坊中）、塚本えりさ（下西黒川）、佐藤愛美（原口）、蔵原優樹（北2区）、江藤絢香（北黒川）

内牧校区ペタンク大会

内牧社会体育協会（高宮晴夫会長）主催で8月30日行われ、18歳から80歳代の男女、100人27チームが熱戦を繰り広げました。



ペタンクは的を目がけ鉄属のボールを転がすスポーツ。結果は、

1位	南宮原
2位	折戸
3位	内牧4区A
4位	内牧4区B