

第6回 食と環境フェア 特別号

平成 21 年 3 月 22 日、フェアも恒例となり学区内の幼稚園・保育園の園児たちが制作した色あざやかな食と環境の食育めりえが来館者を迎えて賑やかに始まりました。各ブースの出店、展示、体験コーナー、会場準備・案内などをしてきた実行委員は、フェアでできること、伝えたいことなどを

第6回食と環境フェアを終えて

を

高松地区版

健康市民
おかやま 21
NEWS

第 1 1 号

平成 21 年 5 月 1 日発行

発行・発行人
北市民健康づくり高松会議
連絡先

岡山市北区谷万成 2-5-33

北保健センター

電 話 086-251-6515



直したり、発見したりする場でもあると思っています。

今年も、小学生の《10円フリーマーケット》を開き、子ども達に、もつと物の大切さや「もったいない」という気持ちで環境のことを考えてもらおうとかけになったり、フリーマーケットで人と話をしたり、やり取

りをする中で地域の人と触れ合う場になることを期待しました。そして駐車場は子ども達や親子連れの活気で賑わいました。また高松農業高校の花の苗や鉢植えは、あつという間に買われていきました。愛育委員さん達の折り紙や老人クラブの竹細工を使った昔懐かしい《工作コーナー》(福祉室)も、多くの親子の姿が見られ、熱心に取り組まれていた大人の姿も印象的でした。美味しい豚汁やおにぎりを求めてこられた方もあり、例年以上の数量を作ってお待ちしていた甲斐があったほど盛況でした。そして、ほつと一息、ゆったりとしたスペースを用意していた《和カフェ》では、抹茶やコーヒートと一緒に手づくりのドラ焼きを「美味しい」と言ってくださり、栄養改善の方々の側で前日から準備した苦労が報われました。2階の健康コーナーや環境のコーナーでは、健康や環境問題に関心が高い今の時代を再認識するほどの多くの方々が訪れ、熱心に質問もされていま

した。今回、このように盛会の内にフェアを終えることが出来たの

も、公民館を初めとして、多くの関係団体の協力と支えがあったことです。スタッフの一人ひとりが家族や友人に声を掛け広げようとしてくださったご苦労にも頭がさがりました。今後とも地産地消、更に安心して住みよい地域を目指してフェアが発展していくことを願っています。

食と環境フェア実行委員長
堤 知美



好評だった昼食

高松地区の4学区栄養改善協議会は400食の豚汁と36Kg(2斗4升)のお米で800個のおにぎりを作りました。

前日の準備は、栄養委員が手際良く下準備し2時間程で完了、当日おにぎり班はJ A女性部のご協力で、加工場を使用させていただき一度に沢山炊飯でき公民館に運びました。2種類のおにぎりを2個セットでケースに入れました。豚汁は、10個の大鍋に分けて野菜に火が通ると味噌を入れて味付けし豚肉を入れ美味しい豚汁が出来上がりました。10時半頃より、続々来店され、「美味しかった、おかわりありますか?」とのことばに嬉しく、ほっといたしました。アクティブホームより軽くて割れない小どんぶりをお借りし給仕や配膳がスムーズに出来、助かりました。2時間ほどで完売し、「来年も又よろしく御願いたします」のことばに、今年度最後のイベントに栄養委員約50名が参加し、地域の皆さんの御協力で楽しく出来ました、感謝いたします。

栄養改善協議会当番学区

青木喜代子



高松ええもん再発見

高松ええもん再発見、その名の通り高松地域の各団体が、力を結集して大々的なイベントとなり、私たちJ A女性部もテンペコロッケ、甘酒、味噌、おこね、廃油手作り石ケンなど販売、皆さんと楽しくフェアを盛り上げることが出来たかなと思います。

地域の皆さんと横の連帯を持つことも今回大きく感じる事が出来ました。回を重ねることに、輪が広がっていつていることを感じます。若いファミリーの参加が多くみられたのも今回の特徴ではないかと思えます。この会の発展に大いに期待が持てます。

J A岡山女性部高松支部長

秋山 愛子

健康づくり高松会議

コナ



今年度も、歯科医師会吉備支部、北地域包括支援センター、高松アクティブホーム、あおぞら在宅介護支援センターと合同でブースを開設し、健康について知り、体験してもらえようにしました。

「健康チェックコーナー」では、メタボリックシンドローム予防のため、腹囲・血圧・体脂肪測定を行いました。今年度は新たに転倒予防のため、足指力測定も行い自分自身の健康について知ってもらえる良い機会になりました。

「健康宣言コーナー」では、

自分の健康状態を維持・改善する目的で健康市民おかやま21で掲げている6分野(食生活・運動・こころの健康・お酒・たばこ・歯の健康)から項目を選択し、それぞれに目標を立ててもらいました。多岐にわたる宣言内容であり、参加者の方々は健康について関心が高いと感じることができました。いずれのコーナーもたくさんの参加者で賑わい、少しでも自分の健康について振り返る機会になっていれば嬉しいです。

また、平成21年度は高松会議として食生活・運動に加えて「心の健康」にも取り組んでいく予定ですので、このニュースレター等で発信をしていきます。よろしく願っています。

北保健センター

保健師 田中 美妃



歯医者さんのコナ

今年は、歯科医師会吉備支部より歯科医師 5 名、歯科衛生士 1 名の計 6 名で歯科コーナーを開設いたしました。

歯科相談 18 名、指型づくり 34 名、フッ素洗口体験 124 名の合計 176 名の方が参加されました。

年々相談者数、フッ素洗口体験者数が増え、健康や予防の関心度の高さが伺えました。

併設された健康栄養チェックコーナー、健康宣言コーナーには私達も参加させていただきました。

たくさんの方が楽しんで健康に取り組んでいただけると幸いです。とても嬉しく心より感謝申し上げます。

歯科医師会吉備支部

久門田 美香



苦遊び工作コナ

子どもたちの笑顔と歓声、昨年度と同じく高松地区老人クラブは子どもたちを対象とした昔あそび工作コーナー、のぼりたて、おやこクラブと一緒に受付けなどを担当しました。

のぼりたては前日の午後、公民館の正門、高松派出所横のほか 3ヶ所に、当日は雨の天気予報でしたのでフェアが終わるまでなんとか降らないでほしいと願いをこめながらたててまわりました。

工作コーナーではクラブ員の協力を得て竹とんぼ、紙鉄砲、竹笛（2種類）、どんぐりこま、それに環境フェアでもあり使用済みの箸を使った割り箸鉄砲、牛乳パックを使った紙トンボ、ダンボールを小さく切ったぶんぶん廻しなど昨年より多彩な遊びをとりあげました。願いがかなったのが当日の午前中は雨も降らず多くの子もたちがコーナーに遊びに来てくれ、作り方の説明や手伝いに忙しい程でした。

紙鉄砲のパンと大きな音、竹笛のピーと響く音に思いもしなかった様子で驚きと歓声があがっていました。ぶんぶん廻しでは2才くらいの小さな男の子が色づけをしたり、友達3人で来た小学生の女の子が系通しに

苦勞した末、やっと作りあげて喜びあつたり、中には私どもが顔負けする位ぶんぶんと音とたてて廻す女の子もいました。



また、子どもより父母や付き添いのおばあさんまでが一生懸命になるなど微笑ましい風景もみられました。私どもが用意したどの遊びも子どもたちはそれなりに楽しんでくれたように思います。

本年の食と環境フェアも多くの参加者のもとに関係者がそれぞれの立場で力をだし合った手づくりの催しになったことを喜んでいきます。私も老人クラブもこの仲間に入れていただき年寄りなりにささやかでも協力できたことを嬉しく思っております。

農政局ブース

農林水産省は、健全な食生活の実践に向けて、「何」を「どれだけ」食べたらいいかをわかりやすく示した「食事バランスガイド」を参考に、栄養バランスの上で優れた「米を中心とした『日本型食生活』」の実践の普及に努めています。

今回は、栄養バランスが優れた日本型食生活で食料自給率向上を！というテーマで、40%しかない日本の食料自給率の向上のため、食料自給率と日本型食生活「食事バランスガイド」を中心に、「食品表示の見方」、「農薬の適正使用」等のパネル展示及びパンフレットの配布を行いました。来場者は、栄養バランスの大切さに関心が高いよう、特に料理のレシピが載ったパンフレットが好評でした。

「食」に関するパソコンゲーム・クイズや野菜のアニメビデオ放映には、子どもたちも参加し、親子で「食」について考える貴重な時間を体験していただくことができました。

中国四国農政局

消費・安全部地域第一課

高松地区老人クラブ
生石高寿会長 小野恭順

地域に根ざしつつある

食と環境フエア

回数を重ねることに、スタッフとビジターの人数が増えているこの催しに、今年は550名もの人々が集いました。素晴らしいイベントにしても、人が集まらなければ、その意味も価値も楽しいさも分かち合つことはできません。その意味で本当に喜ばしい限りです。

私が協力できる最後のイベントとなり、人集めには今まで以上に心を配りました。個人的にも30通以上の案内を出し、おいで下さった方々の感想は、「大がかりなイベントで、とてもたのしいなり、楽しかった。」「働いているスタッフの顔が、生き生きと輝いているのが印象的だった。」「家族つれが多く、みんな笑顔でとても楽しそうだった。」「お食事コーナー、喫茶コーナーとも美味しくて満足だった。」「等々。ご来場の皆様をはじめ、高松地区の学校園、各種関係団体の皆様に、心から厚くお礼を申し上げ、「食と環境フエア」の益々の発展を願っています。

高松公民館前館長

富山 由子

今回の食と環境フエアでは幼稚園児や小学生の家族連れの方の参加が多かったように思います。アンケートなどで寄せてい

ただいた声を活かしながら、新しいことも取り入れて来年度も取り組みたいと思っています。スタッフとしてやってみたいと思われる方はどうぞ公民館へお越しください。お待ちしております。

高松公民館職員

長畑 郁子

年々参加者が増えてきた「食と環境フエア」。地域の皆様に「食と環境フエア」が定着してきてるんだなと実感できました。来年は、参加者として元気なスタッフの皆様に会いにいきたいもの、をたくさんいただきたいと思います。

高松公民館前職員

山下 恭子

前日、あるいはそれ以前からみんなで一致団結して協力し合つたからこそ、盛大に開催することができたのだと思います。

地域の各諸団体が手をつなぐことで、これまでで最高に盛り上がったフエアにすることができました。「みんなで協力し合つたこと、のすばらしさ」を改めて感じられ、とても感動しました。

高松公民館職員

樋口 素子

愛育委員4地区合同

食と環境フエアの感想

第6回「食と環境フエア」が行われ、愛育委員は子どもたちとのふれあいを担当しました。今年は今まで以上にたくさんの方が参加されました。家族連れの方も多く福祉室が一杯になり、とても賑やかにおこなうことができました。その中でも、お手玉も一つ、二つと数多くでき、綾取りも山や川を作ったりしました。また、小学五年生の方が、最近の紙飛行機の作り方を教えてくださって、とても変わった紙飛行機が出来上がり、皆で飛ばして遊びました。教えたり教えられたりして、昔を思い出しながら楽しく遊ぶことができました。

今年も充実した一日を過ごすことができました。

加茂地区愛育委員会会長

青木貞子

次回フエアに向けて想つ

地球温暖化は、まったなしで日々高まっているこの時代、何かをしなければ、そんな思いで始めた生石愛育の環境学習、おやこクラブ（弥生会）支援も、このコンセプトで、すでに10年継続してきた。この環境フエアへの「生ゴミたい肥化」リサイクルも6回展示を続けている。熱い思いで展示するも感心を示す人は少なかった。

今回は、市のゴミ有料化で、一気に関心が高まり、用意した説明書も足りなくなり、説明を求める人も多く忙しくうれしかった。

生石愛育委員会会長 水田充子



編集後記
「高松地域の各種団体が
公民館を中心に結集」

福祉施設、保育園、幼稚園、小中高校さらには農政局の協力をいただき、「第6回食と環境フエア」が多くの方々の参加のもと開催されました。この催しを地域の方々に関心と興味を持っていただければと、「ニュースレター特別号」として発行することになりました。私ことですが今回をもつてニュースレター編集委員を退くことになりました。関係者の皆様に感謝申し上げますとともに今後ますます内容の充実により役立つニュースレターとして発展されることをお祈りしております。

編集委員 小野恭順