

みんなの 掲示板

サークル・団体の会員募集や講座の案内、地域の出来事などを投稿してください。ここは、読者の皆さんからの記事で作られるページです。
 広報紙への意見・感想やイラストなども募集しています。
 ●問い合わせ 役場広報係 ☎201-4321



Sports&Culture Digest
水巻町ターゲットバードゴルフ選手権大会 (敬称略)
 ●6月8日 ●ターゲットバードゴルフ場 ●参加者 14人
 ①鶴園正喜②栗田幸保③佐渡原文代

みんなの願いが叶いますように 吉田団地七夕まつり



7月7日、吉田団地健康センターで5回目となる七夕まつりを行いました。
 毎月行っているふれあい体操のメンバーたちと「元気に長生きできますように」、「孫たちが平和に暮らせますように」、「プローチ作りが上手になりますように」など願いごとを短冊に書いて飾り付けました。
 ●吉田団地ふれあい体操メンバー一同

子どもの未来も輝く 社会の実現のため

子どもに関する悲しいニュースに胸を痛める日々です。「なぜ、子どもが貧困や虐待が起るのか」を一緒に学びませんか。今年の母子大会は水巻町で開催し、誰でも参加できます。ぜひご参加ください。
 ●とき 9月8日(日) 午後1時30分
 ※開場は午後1時からです。
 ●ところ 南部公民館大ホール
 ●費用 500円(資料代)
 ※高校生以下は無料です。
 ●問い合わせ 第22回中間・遠賀地区母親大会実行委員(井手) ☎(080) 5216局1568番

8月には九州大会に出場 猪熊ベアーズ団員募集



創部40年を超える少年野球チームです。5月に行われた高円宮賜杯マクドナルド福岡県大会では3位の成績を収めました。小学校1年生～6年生のスポーツが大好きな男の子・女の子を大募集。火・木曜日に猪熊グラウンドで練習しています。気軽に問い合わせください。
 ●問い合わせ 猪熊ベアーズ(後援会長前田) ☎080-3957-0633

頃末南区自治会 宝くじ助成事業で備品を購入



頃末南区自治会では、宝くじ助成事業からの助成金でやぐらや提灯などのコミュニティ備品を購入しました。
 宝くじ助成事業とは、宝くじの社会貢献を広く知ってもらうために、宝くじの受託事業収入を財源として行っているコミュニティ助成事業です。
 ●頃末南区自治会

こんにちはは管理栄養士です

●問い合わせ いきいきほーる健康課 ☎202局3212番

活動41年目!

食生活改善推進会の活動を知ろう

身近な人の食生活を改善していく存在です

皆さんは、食生活改善推進会(食進会)を知っていますか。食進会は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通して健康づくりのボランティア活動を49人で取り組んでいて、家族や近所など身近なところから食生活改善の輪を広げています。

食進会の活動は 料理講習会などさまざま

食進会では、数多くの食生活改善活動を行っています。今回は、糖尿病予防教室や乳幼児健診時のおやつ提供、親子料理教室の活動を紹介いたします。

【その他の活動内容】

- ▽地区料理講習会
- ▽ふれあい昼食会
- ▽集団健診時の野菜350g運動
- ▽通学合宿ボランティア
- ▽小学校での食育授業のゲストティーチャーなど

糖尿病予防教室

近年、糖尿病が重症化し、新たに透析となる人が全国で毎年1万6千人を超えています。糖尿病予防の基本は毎日の食生活です。



糖尿病予防教室では、栄養バランスを考慮した低カロリーの料理を試食し、みそ汁の塩分濃度の測定を行い、糖尿病予防方法を紹介しています。

乳幼児健診時のおやつ・レシピ提供



1歳6か月児健診の時におよつちのレシピを配布したり、3歳児健診時に手作りおやつを提供したりしています。
 数多くの市販のおやつがある中、手作りおよつちのよさを伝えています。また、朝昼晩の食事では十分に摂取できない栄養素をおよつちで補うという、幼児とおよつちの役割を説明しています。

親子料理教室

毎年、子どもと保護者の料理教室を実施しています。



子ども自身が食材に触れ、調理を体験することを大切に、料理の楽しさや調理法などを伝えています。
 毎年人気のイベントで、子どもたちは日ごろ使用しない包丁の使い方を学べ、料理の楽しさを体験できると好評です。

ピンクのエプロンが
トレードマーク



共に健康の輪を広げていく 仲間を募集

正会員になるには、10月から始まる養成講座の受講が必要です。講座は2年に一度行っています。
 また、すぐに入会したい人は準会員として活動でき、栄養・食生活について学び、地域での健康づくりのボランティアとして活躍ができます。身近な地域から健康の輪を、共に広げていきませんか。

イベント情報

- 【親子料理教室】
- とき 8月31日(土)午前9時30分
- 【糖尿病予防教室】
- とき 9月6日(金)午前10時
- 【共通事項】
- ところ いきいきほーる
- 申込 講習1週間前までに電話予約