

川棚町食生活改善推進協議会の活動

川棚町の食生活改善推進協議会は、平成24年4月に設立25周年を迎えました。これまでに様々な取組を行ってきましたが、昨年実施した活動の中で2点ご紹介いたします。

まず1点目は、川棚町愛育食育フェスティバルです。これは川棚町母子愛育班連合会と一緒に実行委員会を立ち上げ実施しており、子育て支援の一環として、母子のふれあいの場や食育の普及等を目的に、平成19年度から実施しています。

食改では、小学3～6年生を対象に料理教室を実施し、今回は手巻き寿司とお吸い物を作り、参加された22人の小学生も喜んで調理してくれました。

他にも野菜を見て絵を描いたり、野菜の断面でスタンプをして楽しむ「お絵かき・スタンプコーナー」、食材を皿から皿へ移動する「はし使いコーナー」、食べものがうんちになるまでを示した推進員手作りの「エプロンシアター」等、工夫を凝らした内容を実施しました。

フェスティバルは食改、愛育班等の地域ボランティア以外にも、大村東彼地区歯科医師会（川棚支部）や東彼子どもの本の会、健康かわたな21も協力団体として参加していただき、参加者にとって楽しいひと時となったようです。



料理教室



←お絵かき・スタンプコーナー



エプロン→シアター

2点目は、男性料理教室です。60歳以上の男性の方を対象に実施し、食改が講師となり、長崎県民体操のがんばらば体操や健康に関するミニ講話、調理実習を5回開催しました。



男性料理教室（調理実習）

ミニ講話は、生活習慣病や食事バランスガイド、行事食について等行い、初めは慣れなかった推進員も、回を重ねていく中で、前に立って話すことに慣れていきました。調理実習を介して参加者とも打ち解け、「また来年もしてください」との声もあり、大変うれしく思いました。

参加者の声を活動の糧として、これからも地域の食育活動に取り組んでいきたいと思ひます。