

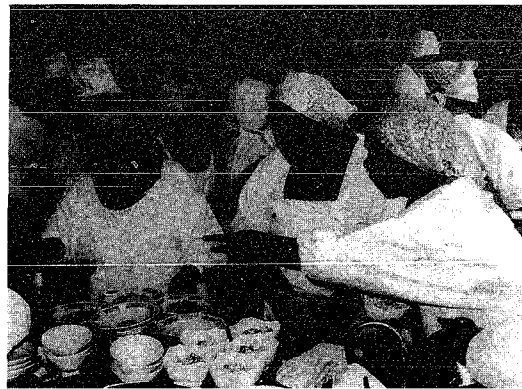
栄養教室に参加して

上曲通 川瀬 ヒサ

三月二十四日、就業改善センターで「老人栄養教室」が開催され、参加させていただきました。その日は雨でしたが、バスが迎えに来てくれましたのでありがたい気持ちでいっぱいでした。

新潟市に住んでいた頃、事業に参加しても、こんなバスでの送り迎えは勿論ありませんでした。

富田先生は、老年期の食事の作り方、胃の活動の仕方、健康状態十か条などを話され



▲楽しそうに調理する参加者たち

ました。先生は、老人に合った話し方で、ていねいに、ゆつくりと、くり返ししながら余談をまじえ話され、全員が頭の中に入ったと思います。

今日は、牛乳を使った調理実習でした。六人ずつのグループに分かれ、調理が始まるとすぐにごみやかでした。私たちのグループは、洗う人、皮をむく人、きざむ人と手順よくやりました。

なかなか手間とりました。出来はまあまあでした。牛乳がらみの人も、作り方によって、食べられることが良くわかりました。

先生は最後に牛乳をたくさん飲んで欲しいと話され、その時は良くかみながら飲むことが必要だと言われました。

私は牛乳を「かむ」ということは知っていましたが、ほかの人たちは先生の説明に、頭を「カク、カク」とうなづいて聞いている人が多かったようです。

身体づくりは、バランスのとれた食事からだと言われます。一人でも多く、食生活の勉強をして家族の健康管理と食事づくりにならばいいと思います。

昭和62年度 保健委員を紹介

総合検診や環境衛生、食生活など村の保健衛生事業を進めて行くに大切なパイプ役をつとめていただく委員の方を紹介いたします。今後一年間よろしく願います。

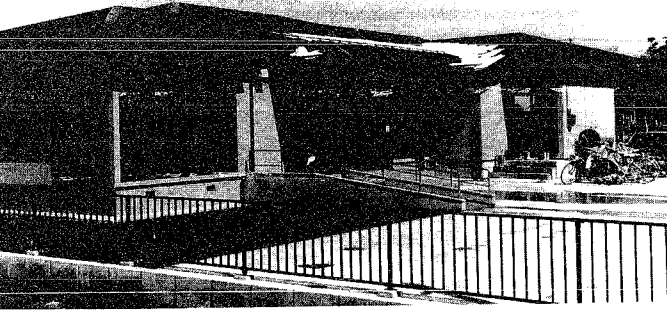
(敬称略)

- ◎予防衛生委員
 - 〈大別当〉 間島恵美子 五十嵐常子
 - 〈月 瀧〉 五十嵐すず子 田村 京子
 - 石津 市郎 関 京子
 - 大関 和子
 - 〈西萱場〉 北 フミエ
 - 〈上曲場〉 大関 タツ 小林 智子
 - 〈下曲通〉 金子 節
 - 〈東長島〉 笠原 靖子
 - 〈木 滑〉 竹石 秋野 角田 サヨ
 - 〈釣 寄〉 石川 セツ子
 - 〈釣寄新〉 塩浦 博子
- ◎公衆衛生委員
 - 〈大別当〉 五十嵐勇夫
 - 〈月 瀧〉 近藤 熊弥
 - 〈西萱場〉 田辺 勝利
- ◎母子保健推進委員
 - 〈大別当〉 金子 政子
 - 〈月 瀧〉 鷲尾カツ子
 - 〈西萱場〉 佐藤千代子
 - 〈曲 通〉 児玉真由美
 - 〈西地区〉 野内 洋子
- ◎食生活改善推進委員
 - 〈大別当〉 小武内ヤエ子 鏡 香
 - 〈月 瀧〉 堀 マサ子 登石 博子
 - 中村 久子 矢挽由紀子
 - 〈西萱場〉 長沼 ミヨ
 - 〈上曲通〉 小林うた子 野澤 菊江
 - 〈下曲通〉 藤村 恵子
 - 〈東長島〉 野内 洋子
 - 〈木 滑〉 大橋 章子 児玉 ヤス
 - 〈釣 寄〉 荻原セツ子
 - 〈釣寄新〉 小山フミ子

曲通地区

多目的共同利用施設竣工

◀曲通地区のコミュニティーの核「多目的共同利用施設」



農村総合整備モデル事業により、かねてから着手していた曲通地区「多目的共同利用施設」がこのほど竣工し、去る三月二十七日、地元住民を始め、金子村長他来賓多数をお迎えして竣工祝賀会が挙行されました。

この施設は、村内の部落集会施設としては最後のものであり、この完成により村内全部落に集会施設が設置されたこととなります。

曲通地区「多目的共同利用施設」は、大会議室(22・5畳) 小会議室(10畳) 多目的研修室(12畳) 及び生活改善実習室(調理実習台二台設置)が配置されており、利用しやすい設計は当日参加された皆さんの好評を受けていたようです。

厳寒期に入ったと言われる農業情勢に対応した取り組みや、部落コミュニティーの確立に向けてこの施設が有効に活用されるものと期待が寄せられています。

■寄附金を頂戴

大西英子さん(新潟市) から、二万七千円のご寄附をいただきました。

又、荻原重光さん(釣寄)からは去る、二月二十日亡くなられた父重一郎さんの香典返しとして三万円のご寄附をいただきました。

ご芳志にお礼申し上げます。有効に活用させていただきます。

月瀧村に表彰状

去る三月二十七日、県民会館において開催された、県成人病予防二十周年記念式典で月瀧村に表彰状が授与されました。

この賞は、総合検診の受診率向上等により住民の健康意識を高めたことが認められたものです。

近年は、「無病息災」から「一病息災」でも健康と考えられ、病気がとうまく付き合うことも自己の健康を考えるうえで大切といわれています。住民の皆さんが、自からの健康管理意識の高揚をはかることが、村の躍進を期待される



る大きな要因でもあります。尚、健康診査も今年度から、心電図や眼底検査が組み入れられ、がん検診を合わせれば「ミニ人間ドック」検診となりました。

◀いただいた表彰状と記念品

君かや

西村 宗

