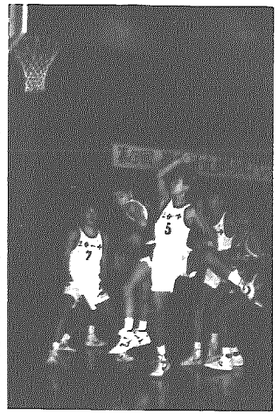
それっ！チャンスだ

「ぼく見つけたよ！」――と先月十三日、問瀬保育園は大にぎわい。それもそのはず、園児たちの楽しみの一つ、新春カルタ大会があったからです。各クラスごとに分かれ、保母さんの読む読み札にみんないっせいに絵札にアタック。字の分かる年長組はふつうのカルタを、ちょっと不慣れな年少組は特製のマンガキャラクターのカルタ（画用紙大）を取り合いました。中には何度もおてつきをするアワテン坊や同じ札をめぐっての攻防に一喜一憂。十枚以上とった名人？もいる反面、一枚だけというのんびり屋もいて、とにかく楽しいカルタ大会でした。

みなぎるファイト！



先月二十二日、村民体育館で近郷少年バスケットボール大会が開かれました。この大会は今回で十三回め。いまではすっかり伝統の大会になり、岩室村をはじめ三条市や柏崎市から十二チームが参加。シュートやブロックの応酬にファイトがみなぎっていました。結果は一位が分水中学校、二位が岩室中学校でした。

新しい時代を〝書〟で開く

「平成新年」――新しい時代に合わせ、力強い筆運び。先月十二日、間瀬小学校で正月恒例の〝新春書き初め大会〟が開かれました。習字には特に熱心な活動を続けている間瀬小学校とあってことしも全校児童が屋内運動場に集まり、行儀よく座って「ひろい空」（二年）「少年の力」（三年）「雪の正月」（四年）「新年の空」（五年）「平成新春」（六年）など手本を見ながら真剣な表情で筆を走らせていました。出来上がった作品は一点を選んで各学年の廊下に展示しました。

漁業の活性化へステップ

間瀬漁協では、先月16日間瀬漁港整備事業修築指定を祝いセンター白岩で祝賀会を開催しました。当日は、国会議員や県会議員をはじめ関係者多数が出席し指定を祝いながら懇談が行われました。

■この広報紙にあなたが写っていましたら、総務課企画係（☎82－4111内線 215）へご連絡ください。写真をさしあげます。

お誕生日おめでとう

2月生まれ

申し込みは毎月15日まで（3歳まで）

山田貴洋（やまだたかひろ）ちゃん
（油島・正さんの長男）
昭和61年2月13日生まれ

テレビの影響か、毎日飛んだり跳ねたり大変です。でも妹が生まれたせいでちょっぴりお兄ちゃんらしくなりましたね。ともかく思いやりがあって、やさしい元気な子になってくれたら…とお母さん。

阿部美里（あべみさと）ちゃん
（間瀬6区・隆弘さんの長女）
昭和63年2月22日生まれ

とっても元気がいい娘です。上が男の子なのですが、お兄ちゃん顔負けのワンパクぶりです。将来は女の子らしいすなおで思いやりのある子になってほしいとお母さん。

このひと No.16

宮野照子（みやのてるこ）さん（和納2区）

今月の「この人」は、岩室村食生活改善推進委員会の会長として、住民の健康づくりや食生活改善のため地道な活動を行っている宮野照子さん（和納二区・63歳）をご紹介しましょう。

この食生活改善推進委員というのは、食生活や健康の問題について、村の保健婦や栄養士さんらを交えて学習会や研修会などを重ね、村民の健康づくりや食生活改善のためのお世話役、案内役となっている人たちで、現在九人の推進委員が村内で活躍しています。

その食推委員会の会長を務める宮野さん。宮野さんは村の保健委員としてお手伝いを始めたのが昭和五十三年といいますからもう十年余り。その間、保健委員として、また食推委員として〝健康づくり〟の推進に努めてきました。

「はじめは、保健委員として健診などのお手伝いをしていたんですが、昭和五十七年にこの会が正式に発足すると同時に仲間入りさせてもらいました。もともと、健康づくりについて関心がありましたので参加しました。当時は保健委員会の分身的な形での発会でしたが、集まった人たちは皆さん食生活改善や健康づくりに関心のある人たちばかりでしたから、お手伝い的なことだけでなく、自分たちで自主的に勉強しようと定期的に集まっていました。お陰さまでいまでは健康食などのレパートリーも増えましたし、それになんといっても、食事を通して闘病生活をしている人たちの相談相手に少しはなれる様になったのがうれしいですね」と会の様子を話す宮野さん。

いまではこの食推委員さんたち、村の総合検診事後指導会や伝達講習会などには欠かせない人たちとなっています。

ところで、いま食推委員会では宮野さんらを中心に〝自分たちの健康は自分たちで守ろう〟をスローガンに健康づくりや食生活の改善に積極的に取り組んでいます。「いまは食生活が豊かになりすぎているので、バランスのとれた食事作りが大切になってきましたね。それになんといっても減塩に対する工夫がこれからは必要だと思います。でも実際にやってみると食生活の改善というのはなかなかむづかしいですね」と食生活改善の難しさを話す宮野さん。「それに私たちはいまバランスのとれた食事を通しての健康づくりを積極的に推めています。一般の人たちにもバランスのとれた食事の大切さは、大部浸透してきたみたいですが、まだまだの感もありますね。それに減塩の大切さも耳で聞き、目で知っているようですが実際はあまりわかってないような気がします。そこで私たちの出番となるんですが、地域の人たちに良く分かってもらい実践してもらうには、まだまだ時間がかかると思います。ですからこれからも、もっともっと食事を通しての健康づくりの大切さをPRしていきたいですね」と食生活改善運動に意欲をみせる宮野さん。それに、これからはもっと多くの人たちからの入会と地区全体への食生活改善の普及が課題だという宮野さん。これからも健康づくりのお世話よろしくお願いします。

健康づくりにとって、食生活の改善が大切と積極的にPRに努める宮野さん。