

上毛

7

こうげ町広報 July 2024 VOL.225

CONTENTS

- 町の掲示板 2
- 町の話 16
- カルチャー 19
- 町の情報ひろば 20
- こうげ素敵人 22
- こうげのたから 22

<https://www.town.koge.lg.jp>

西友枝いきいきサロンinゆいきらら

6月19日(水)に西友枝いきいきサロンで願いを込めた七夕の制作や食事を楽しみました。



町の花(春) 桜
町の花(秋) コスモス
町の木 梅

編集・発行/上毛町役場企画開発課
印刷/築上印刷株式会社
〒871-0092
福岡県築上郡上毛町大字垂水1-3-2011
TEL 0979(72)3111
FAX 0979(72)4664

環境対応型植物油インキを使用しております。

ホームページ



SNS



LINE



Instagram



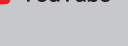
X(旧Twitter)



Facebook



YouTube



こうげ素敵人 KOGÉ Nice person!



上毛町食生活改善推進協議会
3 班長

植田 幸美さん

栄養バランスのとれた献立や生活習慣病予防のための食事など、健康的な食事作りに興味があり、

広報の食生活改善推進員養成講座のお知らせをきっかけに、食進会へ入会しました。定例会の調理実習では、旬の野菜を使った簡単な料理を作ることができるなど、家庭でも役立っています。

また、自宅の家庭菜園で収穫した野菜を使って、素材を活かした料理もすることができるようになりました。食進会では料理作り・食育活動を通して楽しく過ごしています。今年度も食生活改善推進員養成講座が開催されます。新しく加入された方々とともに、これから家庭や地域の健康づくり活動に貢献していきたいです。

食生活改善推進協議会は、「私たちの健康は私たちの手で ~のぼそう健康寿命 つなごう郷土の食~」をスローガンに、健康的な食生活の普及啓発活動を行っています。

栄養不足による乳児の死亡率が高かった昭和20年代に、各都道府県の保健所を中心に「栄養教室」が開設され、健康生活の普及に意欲的に取り組むグループが誕生しました。これが「食生活改善推進協議会」の始まりです。現在、全国の各市町村に協議会があり、それぞれの地域で活動しています。

上毛町では、毎月の定例会(調理実習や運動)や男性料理教室、住民健診での試食作りや町内小学校でのお豆腐作りなど、地域の方々と関わりながら、食育の推進や食生活の改善に向け取り組んでいます。

新たな推進員(ヘルスマイト)を 常時募集しています。

一緒に健康的な食生活を学び、自分の食生活を充実させてみませんか。6月から開始した男性料理教室も参加者を募集していますので、興味のある方は、事務局の子ども未来課までお問い合わせください。

●問い合わせ先
子ども未来課 町民健康係 TEL 72-3127(内線222)



こうげのたから

ポッポ保育園

虫歯ばい菌をやっつけてピカピカな歯を目指そう!!

6月4日~6月10日は、歯と口の健康習慣のため、園の看護師の先生が歯磨き指導を行いました。

歯の磨き方などのお話を聞いた後は、実際に歯ブラシを持って歯磨きの練習。プラークチェッカーという、磨き残しがあると赤く染まるものを使って、磨き残しを確認しました。子どもたちは、歯が赤く染まって驚いた表情を見せていました。鏡を使って、磨き残しがないようにしっかりと、歯を磨くことができました。うがいをした後は、ピカピカの歯をみんなで見せ合っていました。これからも歯磨きの習慣を身に付け、虫歯の無いきれいな歯で過ごせたらいいですね。

