

# 上毛



CONTENTS

- 町の掲示板 ..... 2
- 町の話 ..... 10
- know「農」 ..... 12
- カルチャー ..... 13
- 町の情報ひろば ..... 14
- 素敵人 ..... 16
- こうげマンが行く! ..... 16

http://www.town.koge.lg.jp

## 6月の表紙

5月14日(水)、生後4か月、7か月、12か月のお子さんを対象に、げんきの杜で行われた乳児検診の様子です。



●編集発行/上毛町役場企画情報課  
●印刷/第印刷株式会社  
〒871-0992  
福岡県築上郡上毛町大字垂水1-3-2-111  
TEL 0979-723-111  
FAX 0979-723-664

## 人の動き

4月30日現在

- 世帯数 3,138 (+7)
- 男性 3,754(+13)
- 女性 4,185 (-6)
- 人口 7,939 (+7)
- 65歳以上 2,546 (+5) 32.1%
- 75歳以上 1,398 (-7) 17.6%

- うち外国人
- 人口 29(+1)
  - 男性 20(+1)
  - 女性 9(+0)
  - 世帯数 26(+1) (うち混合世帯4)

## 参考

- 平成17年10月11日  
合併時
- 人口 8,499
  - 世帯数 3,057

## ごみの量

- 4月30日現在
- 可燃ごみ 128.57t (-8.39t)
  - カン・ペットボトル 2.57t (+0.22t)
  - びん 5.09t (+0.60t)
  - 古紙他 16.97t (-0.76t)
  - 可燃粗大 3.74t (-1.24t)
  - 不燃 9.98t (+3.73t)
  - プラスチック製容器包装 1.68t (-0.04t)
  - 紙パック、白色トレイ 0.13t (+0.07t)

※( )内は前月増減

環境対応型植物油インキを使用しております。



# 家庭の食卓から町の健康づくりを

上毛町食生活改善推進協議会の取り組みを紹介します。

## 上毛町食生活改善推進協議会 会長 桐村トキ子さん

上毛町食生活改善推進協議会は、平成17年の上毛町誕生とともに発足して以来、住民の皆さんが健康的な食生活を送れるよう、いろいろな普及活動に取り組んでいます。

現在、会員数は41名(うち、会長1名、副会長2名、各地区理事7名)で上毛町全域で活動しています。

活動を通じ、「食生活は健康づくりの第1歩」であり、幅広い世代において「食」は「健康」と深く結びついていることを実感しています。

私たちは毎月1回、栄養士を講師とした生活習慣病予防に関する学習会を開催し、学んだことをいろいろな地域での活動を通じて、町の皆さんにお伝えしています。

平成25年度の集団健診では、がん予防のため、食物繊維を多く含んだ「ニラせんべい」を試食として作りました。その際、「1日に食べてほしい野菜の量」についてチラシを作り、試食していただいた方全員にお配りしました。1日に摂ってほしい野菜の量は350gですが、受診者の方からは「こんなに食べていないかもしれない」という感想が多かったようです。

保育園での親子クッキング教室では、若い世代のお母さんやお子さんに、「お袋の味」を伝承していきたいという願いから、園児が自分たちで育てたさつま芋を使った「から芋もち」と「豚汁」を作りました。嬉しそうな園児と見守るお母さんたちの姿を見て、自宅でも家族のために手作りの料理を作り続けてほしいと思いました。

小学校での豆腐作り教室では、大豆が豆腐に変化していく様子を真剣に観察している子どもたちの姿を見ることができまし



定例会ラジオ体操 男性料理教室

た。自分たちで作った豆腐のおいしさや、おからの利用についても伝えていくことができ、今後の学習に役立ててほしいと思います。

中学校での郷土料理講習会では「地域の食材を活かした調理方法を学ぶ」という目標にそって、野菜をたくさん使った「煮ごい」と「団子汁」を作りました。野菜嫌いなお子さんも、自分たちの手で作った料理だからと、残さずきれいに食べ、「家でも作ってみます」という嬉しい言葉も聞くことができました。

今後も「食」の大切さを皆さんに伝えていくため、会員全員の資質を高めることが大切であると考えています。毎月の学習会を継続し、新たな知識を習得することで、全体のスキルアップを目指しています。

食生活は家庭の食卓から始まり、乳幼児期からの食生活は将来の生活習慣病発症に大きく関わっているといわれています。今後も私たちは、保育所や小中学校を通じて「食の大切さ」を伝えていき、将来の上毛町を担う子どもたちが、健やかに成長していく姿を見守っていきたく願っています。



## こうげマンが行く! りんぞう もくぞうやくし によらいざ ぞう 輪蔵・木造薬師如来座像



●イラスト 絵本製作委員会 東みどりさん

木造薬師如来坐像は江戸時代に作られた仏像で、山伏たちの修験道場のひとつ、松尾山医王寺の本尊だったそうだよ。また輪蔵は八角形で中心に柱が通っていて回転式になっているんだよ。中には仏教の教典が収納されていて一回転させると、教典をすべて唱えたことと同じご利益があるといわれているよ。

慶応四年(1868)に明治政府が出した神仏判然令や明治五年(1872)の修験道廃止令によって、松尾山医



輪蔵 覚円寺境内

