

☆☆連載特集『峡南地域の食材』No. 8

早川町食生活改善推進員会「健康料理発表会」

1 平成26年度 早川町食生活改善推進員会「健康料理発表会」

10月21日（火）、早川町食生活改善推進員会主催の「健康料理発表会」

が、早川町長をはじめ、峡南保健福祉事務所、町福祉保健課、町食生活改善推進員の方々、約30名が参加し早川町保健センターで開催されました。この「健康料理発表会」は、毎年、農産物等の収穫を迎えるこの時期に開催されています。早川町の新鮮な食材を使用し、町食生活改善推進員さんが独自に考案した、安全で安心な創作料理の発表会です。「健康料理発表会」のテーマは「地産地消」。11名の町食生活改善推進員さんが、合計16品の創作料理を出品しました。「健康料理発表会」では、冒頭、会長・来賓挨拶がありました。続いて各自出品料理の作品名・材料・分量・作り方・制作時間・特徴等の説明があり、試食が行われました。どの作品もすばらしい出来栄で、美味しく健康的な料理に、皆さん舌鼓を打っていました。辻美江子会長は「この健康料理発表会を通じて、食育・健康増進・食改の発展を推進していきたい」とお話しされました。



早川町食生活改善推進員会
会長 辻美江子 様 (右→)
副会長 近藤節子 様 (←左)



早川町 町長
辻 一幸 様

2 「健康料理発表会」の作品



平成27年度山梨ことぶき勸学院生徒募集のお知らせ（峡南教室）

高齢者の新しい絆の創造と、地域の活性化に貢献できる人材育成を目指します。

1 ことぶき勸学院とは

高齢者の皆さんの生きがいづくりを進め、地域に貢献できる人材を育成するための学習機関で、県下に6教室あります。学習を通して、新たな発展、学ぶ喜びが生まれます。

2 入学資格・定員・修行年限

概ね60歳以上の方で、学ぶ意欲がある方ならどなたでも入学できます。**峡南教室の定員は50名です。2年間学びます。*試験はありません。**

3 学習内容・場所・学費

学習内容は、「地域を離れての講座」が6回、「ふれあい行事」(4回)、「地域主体の講座」(15回)の合計年25回あり、南巨摩合同庁舎(富士川町鵜沢)を主会場とし、クラニー文化ホールや県立美術館・文学館等の会場で学習を行います。基本学習費として、16,000円が掛かります。また、原則全員加入の傷害保険料(800円程度)は別途自己負担になります。

4 出願期間 平成27年2月2日(月)～3月6日(金) 土日祝日を除いて午前9時～午後4時まで

5 願書受付 入学願書・募集要項は各町教育委員会・峡南教育事務所にあります。峡南教室希望者は、峡南教育事務所地域教育支援担当(南巨摩合同庁舎2階)までお問い合わせ下さい。 TEL 0556-22-8154 〒400-0601 富士川町鵜沢771-2

NPO法人「みんなの広場・市川三郷」の充実した活動

市川本町駅の東南、宝寿院の山門近くにある、元の保泉（ほずみ）公民館において、NPO法人「みんなの広場・市川三郷」の活動が行われています。このみんなの広場では、「子どもを真ん中においた居場所づくり」をめざし、子どもから高齢者まで様々な世代が自由に交流できるよう駄菓子屋やカフェなど施設内を改装したり、楽しいイベントを開催したりしています。また、子ども・高齢者・その家族に対して、きめ細かな子育て支援や高齢者支援をしています。「誰もが安心して生き生きと暮らせる地域づくり」これが、遠藤京子理事長はじめ多くの賛同会員の方々の願いであります。2011年2月にNPO法人を設立して以降、会員は毎年増え、現在は100名を超えています。それでは、主な活動を紹介します。



- (1) 子育て支援（出張・集団託児、3ヶ月未満の赤ちゃんの預かり、病気の時の買い物支援、けが等で通院・通学が困難な場合の手助け、平日の放課後に小中学生が自由に過ごせる場の提供、他）
- (2) 高齢者支援（話し相手・安否確認、買い物の付き添い、通院への付き添い、ちょっとした困りごとへの対応、他）
- (3) 世代間交流（子どもから高齢者まで一緒に楽しむための駄菓子屋やカフェの設置、いきいきサロンの開催、よっちゃばれまつりの開催、食事会、歌声喫茶、他）
- (4) 会員養成講座の開催（高齢者の理解、高齢者疑似体験、救急法講習、ボランティアの心、傾聴、他）
「地域の子どもは地域で育てよう」「地域の高齢者はみんなで見守ろう」「困ったときはお互い様の気持ちで助け合い支え合おう」これらを合い言葉に活動を進めています。その際、心強い支えとして、町や社会福祉協議会、地域の有志の方々から様々なサポートをいただいています。



12月19日（金）10時から、定例のいきいきサロンの活動として「クリスマス会」が開催されました。青沼茂樹さん・赤池初子さんの名リードのもと、リース作りやおもしろクイズなどで楽しいひとときを過ごしました。その後、全員でおいしい食事をいただきました。40名近くの地域の方々が、毎月のいきいきサロンを楽しみに「みんなの広場」を訪れています。ある参加者が「ここに来るといやなこと忘れられる、そして元気をもらって帰れる、いつも楽しみ」と笑顔で話してくれました。

（NPO法人「みんなの広場・市川三郷」055-272-8050、090-7715-2025）

地元特産「大塚にんじん」の収穫作業 大塚小学校・町内5保育所

12月10日（水）、大塚小学校3年生以上の児童42名が、市川三郷町大塚地区にある「大塚にんじんクラブ」所有の畑において、大塚にんじんの収穫作業を行いました。このにんじんは、6月に小学生が種まきをして、その後も草取りなどの世話をしながら育ててきたものです。9時から行われた収穫作業では、大塚にんじんクラブの窪田正彦さんの指導を受けながら、細長くて折れやすいにんじんを、一本一本でいねいに引き抜いていきました。掘り棒やスコップでまわりの土を柔らかくしてから、まっすぐ真上に引き抜くのが折らないための秘訣だそうです。今年も豊作で、長くて太くて立派なものが多く穫れました。軽トラック山盛りのにんじん



を見て、皆、収穫の喜びを感じているようでした。13日（土）みたまの湯の駐車場において「大塚にんじん収穫祭」が盛大に開催されました。地元農家による販売コーナーと並んで、大塚小学校6年生もお店を出し、元気な声で大塚にんじんを販売していました。17日（水）には、大塚保育所三珠保育所・高田保育所・ひまわり保育園・定林寺立正園の園児77名が、大塚にんじん掘りに挑戦しました。自分の背丈くらいのにんじんを引き抜き大喜びする子あり、二股三股のにんじんを見て不思議そうに眺める子あり、思い思いににんじん掘りを楽しんでいるようでした。その日は風も強く寒かったのですが、みんなで力を合わせて最後まで頑張り、たくさんのにんじんを手にすることができました。

富士川町立第3保育所 デイサービス訪問

富士川町立保育所では、毎年秋から冬にかけてデイサービス訪問を行っています。今回は、12月22日（月）に行われた富士川町立第3保育所（望月美里所長）のデイサービス訪問を紹介します。年長児14名中13名と、介護サービスを利用されている12名の高齢者の方々との交流で、富士川町保健福祉支援センターの2階にある通称「まほらの家」で実施しました。まほらの湯が開設してからなので、20年近く前から続いている交流会です。毎年、いくつかの施設をローテーションしながら行っているそうです。実際に行った内容は、①「どどどん鬼太鼓」（鬼に扮した男児5名による勇ましい太鼓）②「レットイトゴ〜ありのままで〜」（ドレスをまとった女児8名による華麗な舞）でした。会場からは、手拍子・かけ声・歓声が上がって大盛況でした。鬼のスタイルから園服に、ドレス姿から園服に。すると、いつものかわいらしいお顔に大変身。いよいよ次は、ふれあい交流、③ムシムシじゃんけんです。じゃんけんが終わるまで、見つめ合って握手タイム。園児は、はにかみながら両手でやさしく握手をかわします。「来年は増穂小学校1年生。すくすく育ててくださいね。」と声をかけられるシーンもありました。曲に合わせて肩たたき、最後はおじいちゃん、おばあちゃんを抱きしめます。これが何とも素敵な光景でした。最後に首飾りのプレゼント。おじいちゃん、おばあちゃんは、サプライズに相手を崩していました。人を和ませる園児のもつパワーに、ただただ感心しました。1時間ほどの交流会でしたが、心温まる終始笑顔の訪問となりました。



会場からは、手拍子・かけ声・歓声が上がって大盛況でした。鬼のスタイルから園服に、ドレス姿から園服に。すると、いつものかわいらしいお顔に大変身。いよいよ次は、ふれあい交流、③ムシムシじゃんけんです。じゃんけんが終わるまで、見つめ合って握手タイム。園児は、はにかみながら両手でやさしく握手をかわします。「来年は増穂小学校1年生。すくすく育ててくださいね。」と声をかけられるシーンもありました。曲に合わせて肩たたき、最後はおじいちゃん、おばあちゃんを抱きしめます。これが何とも素敵な光景でした。最後に首飾りのプレゼント。おじいちゃん、おばあちゃんは、サプライズに相手を崩していました。人を和ませる園児のもつパワーに、ただただ感心しました。1時間ほどの交流会でしたが、心温まる終始笑顔の訪問となりました。



峡南高校 第17回 正月飾り・餅つき交流

12月17日（水）、峡南高校では年末行事として恒例になっている「正月飾りづくり・餅つき」を行いました。

正月飾りづくりは、平成8年から、餅つきは平成10年からで、同時に行うようになってから17回目になります。この目的は、峡南高校は生徒会と共に、長年にわたり地域との連携及び関係を強く結び、様々な行事やボランティア活動を通じて、生徒の「心の教育」を推進することです。また、その一環としてこの年末行事は、地域のお年寄りと一緒に正月飾りの準備



矢野博文 校長

のお手伝いをしたり、餅つきを行ったり、つき上がった餅を一緒に食べたりしながら、楽しいひとときを過ごすことです。当日は、峡南高校峡香館にて、身延町三沢地区の高齢者、身延山高校生徒職員、峡南高校生徒職員、総勢百名を超える参加者で、盛大に執り行われました。開会に当たり、矢野博文校長は「みんなで和気藹々と楽しく正月飾りを作成してください」と挨拶されました。続いて佐野光生徒会長は「普段は地域の方々と交流する時間がなかなかありません。今日は、お餅を食べながら楽しくお話を聞かせてください」と挨拶しました。いよいよ正月飾りづくり



上田幸子 様



です。講師の上田幸子様が懇切丁寧に作成方法を説明いたしました。皆さん、真剣な眼差しで作成に没頭し、完成品に満足している様子でした。次に、吹奏楽部・応援部のすばらしい発表があり、餅つきが行われました。皆さんの大きなかけ声と共に、臼と杵の心地よい音が部屋中に響き渡りました。餅がつき上がり、きな粉や蜜や餡にまぶせて出来上がりです。つきたての餅の美味しさに、ホッパが落ちそうになりました。

