

洞爺湖町食生活改善推進員協議会

会長 青木佐智子・会員17人



洞爺湖町食生活改善推進員協議会は、昭和55年12月室蘭保健所主催の「食生活改善推進員養成講座」の受講生16人で発足してから、今年32年目を迎えました。

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、「親子食育料理教室」「シルバー料理教室」など、町民の食生活の改善のために、学び、

普及する活動が続けてきました。家族のあり方の変化とともに食を巡る環境も大きく変わり、肥満や高血圧など生活習慣病が問題視されています。

それゆえ「食」が生活の基本とする同会の活動は、ますます重要となっています。

現在会の活動は、各種料理教室の主催以外に、定例会による料理実習を行っています。

食育や料理などに興味、関心がある方は、健康福祉センターさわか(☎76・4006)まで連絡ください。男性の方の入会も可能です。

活動予定(平成24年分)

- ・6月26日 定例会 親子食育リハーサル
- ・7月7日 親子食育料理教室
- ・8月28日 親睦パークゴルフ(豊浦渚パークゴルフ場)
- ・9月25日 定例会
- ・10月23日 定例会 親子食育教室レシピ作り
- ・11月27日 定例会 親子食育リハーサル
- ・12月15日 親子食育料理教室

今月のワンショット



湖畔の花壇作りを行うMOVE洞爺湖参加者ら

人口と世帯の動き 4月30日現在

男……………4,615人(+18)
女……………5,301人(+10)
計……………9,916人(+28)
世帯…………5,097世帯(+44)

洞爺湖温泉の空間放射線量率の状況

- 測定日 5月23日・晴れ
- 測定値 0.030 $\mu\text{Gy/h}$
- 測定場所 洞爺湖汽船棧橋前
- ◆空間放射線量率は平常レベルです。

東奔西走

洞爺湖マラソンが、過去最高の参加者となりました。昨今のマラソン人気には、変わらぬ健康志向があるようです。裏を返せばそれだけ健康に不安があるということでしょうか。

今月は健康増進について取り上げました。まがいもないメタボリックの私にとって耳の痛い紙面となりました。まずは通勤のウォーキングから始めようかなあ…?

(H・O)