

# おいしく・楽しく・すこやかに 食育支援室です！

しよくせいかつかいぜんすいしんいん  
**食生活改善推進員さんってご存知ですか？**  
「食改さん」という名前と呼ばれることの多い食生活改善推進員は、現在、南部町で156名。全国のほとんどの市町村におられ、食育に関するボランティア活動を進めています。おいしくバランスのとれた食事は健康の基本です。しかし、毎日の自分の食生活を改善しようとする、様々な問題にぶつかります。そんな時、地域での身近な存在として、どんな食事をとれば良いのか、食生活の改善方法や料理について相談にのってくれる人、それが食生活改善推進員です。

## 主な活動は？

南部町では主に住民の方を対象に、各地区ごとに「伝達講習会」と呼ばれる料理講習会を開催し、バランスのとれた料理を紹介しています。また、町で開催される健康福祉ボランティアフェスティバルへの参加、おやこ食育教室、配食サービスボランティア等、様々な分野での活動をしています。



おやこ食育教室

## 食生活改善推進員になるには？

町で開催する食生活改善推進員養成講座を受講し、修了したうえで、食生活改善推進協議会へ加入していただきます。平成19年度の受講生は8名。10月の修了を目指して頑張っておられます。講座は毎年開催していますので、食生活改善推進員になりたい方は、ぜひ受講してください。

食生活改善推進員は、近隣の方々と健康づくりの案内役として、元気で活力のある健康な町づくりの推進力となっています。お住まいの地区の「いきいきサロン」等で料理講習を希望される方は、食生活改善推進協議会事務局役場食育支援室（TEL 66-5524）までご連絡ください。

10月	
月 / Mon	火 / Tue
10/1	2
8	9
15	16
22	23
29	30

国民健康保険税 第4期

## 9月の税金は

男 人口 12,242(8)人  
5,758(-1)人  
女 世帯数 3,958(+3)人  
6,484(-7)人

## わたしたちの町

9月1日現在(前月比)

岡田敏郎 72歳 天萬  
※ 届け出時に広報への掲載を同意された方のみ掲載しています。

※日程は変更となる場合があります。				
水 / Wed	木 / Thu	金 / Fri	土 / Sat	日 / Sun
人権・行政相談 しあわせ 9:00~12:00 3	乳児健康診査 すこやか 13:00~13:30 戦没者慰霊祭 いこい荘 14:00~ 4		南部町防災訓練 8:30~ 6	東西町地区運動会 天津地区運動会 おおくに大運動会 法勝寺地区運動会 上長田地区運動会 7
専門相談 しあわせ 9:00~12:00 乳児健康診査 すこやか 13:00~14:00 人権・行政相談 交流会館 13:30~16:00 10		かきっこCLUB いこい荘 9:30~ 12		東長田地区運動会 14
なんでも相談 しあわせ 9:00~12:00 行政相談 しあわせ・交流会館 9:00~12:00 17	のびのび行事 のびのび 10:00~ 18	秋の山菜会 レークサイドアリーナ 11:30~ にじいるポケット 米子市児童文化センター 10:00~ 19		緑水湖健康マラソン大会 緑水湖周辺 8:30~13:30 天津地区敬老会 ふるさと交流センター 11:00~ 21
なんでも相談 しあわせ 9:00~12:00 24	1歳6ヶ月児健診 すこやか 9:00~10:00 25	かきっこCLUB いこい荘 9:30~ 26		おおくに文化祭 田園スクエア 9:00~ チャリティー歌好会歌謡祭 ふるさと交流センター 11:30~ 28
なんでも相談 しあわせ 9:00~12:00 31				
	11/1	2	3	4

☒・・・町立図書館休館日、㊟・・・総合福祉センターしあわせ休館日

古植田 岩井 松亀 今藤 潮田 石  
田田 中田 上本 尾川 原 子  
恵つ 義幸 武正 房年 夕 稔 照 春 名  
美子 ぎ 恵 枝 文 吉 子 夫 子 衛 子 枝  
76 83 63 59 100 64 86 89 90 80 86 78 年  
歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 歳 齡  
法天 鴨福 八 福 東 徳 中 境 倭 住  
勝勝 萬 部 成 金 倭 成 町 長 中 境 倭 住  
寺 萬 部 成 金 倭 成 町 長 中 境 倭 住

遠藤 岩佐 西本 氏  
藤 佐 本 氏  
奈千 涼 名  
央 尋 平  
勢浩 友直 良敏 保護者  
津子 一 弘 美 章  
鴨 天 東 住  
部 萬 町 所

人の動き 8月届出分(敬称略)  
お誕生おめでとう