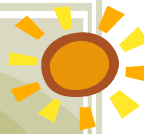


Volunteer Center

ボラセンだより



編集・発行
東金市ボランティア・市民活動センター
〒283-0005



東金市田間三丁目9番地1
ふれあいセンター 2F
TEL 0475-52-5198
FAX 0475-52-8227

e-mail togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp
http://www.togane-shakyo.jp/

ボラセンだより 第80号 2022年4月発行

コロナ禍における食改の活動

東金市食生活改善会



東金市食生活改善会は、令和三年十一月に設立五十年を迎えました。会の前身「東金市栄養改善推進協議会」が発足したのは昭和四十六年。五十年の節目にこれまでの活動をまとめた記念誌を発行しました。

会員数は百三十一名で、「食改」と呼ばれ東金市長より依頼を受け「地域の健康は私達の手で」をスローガンに、市民と行政をつなぐパイプ役として、生活習慣病を予防する食生活や運動の普及、郷土料理である太巻き寿司の普及に力を入れてきました。

しかし、令和二年度から新型コロナウイルスの感染拡大のため、これまでの活動を見直し、私達は正しい手洗い方法を普及させるため、令和二年七月から、市立保育所や高齢者の集まり等で、「手洗い教室」を実施しました。当日は体温測定等の感染防止対策を徹底し、ブラックライトを取り付けたお手製の手洗いチェッカーを使って、洗い残ししやすい箇所を確認してもらいました。

また、外出自粛のため家庭で食事をする機会が増えたことから、おうちご飯に役立つ「おいしいレシピ」の提供を、令和二年六月から継続しています。市内のスーパー等に承諾を得て、三十ヶ所に設置しています。さらに、若い世代への普及強化のため、令和二年八月から、市立保育所やこども園の先生方の協力で、保護者の方へ配布しています。「おいしいレシピ」の特徴として、毎月十九日の「食育の日」に更新し、千葉県が産出額十位以内の食材を使った料理を紹介しています。さらに食材の豆知識や減塩に役立つコラムも掲載しています。ぜひ、みなさまの生活にお役立てください。

会員向けの研修は三十名に制限して実施し、その様子を撮影したDVDを使って支部単位で視聴しています。工場見学はオンラインで実施し、クイズや質問を双方向でやりとりし、大変有意義な研修となりました。

研修の成果を発表する食生活展は昭和四十七年度から開催し、今年度は道の駅みのりの郷東金の店舗内で、約一か月間「災害時への備え」をテーマに展示を行いました。備蓄できる食品を、主食・主菜・副菜等に分けて紹介し、保存性の高いレトルト食品などを買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」についても解説しました。この企画が読売新聞と東京新聞に掲載され、多くの方に私達の活動について知っていただく機会を得て、大変嬉しく励みになっています。

最後に、新型コロナウイルスの感染拡大が終息し、今までの事業活動ができるようになっていきます。
(石橋喜代子 記)



「おいしいレシピ」、今回製作したDVD
「後世に伝えたい太巻き寿司」です。





ボランティア紹介

②ふれあい移動サービス協力会員

戸村寿彦

ふれあい移動サービスの協力会員になってもうすぐ3年目。週に2～3回程度、高齢の方や障がいを持つ方の外出をサポートするドライバーをつとめています。

最近新しい利用者さんにお目にかかる機会が増えていますが、ほとんどの方がこうおっしゃいます。「この制度があるのを知らなかった。もっと早く知りたかった」「運転免許を返納したら、いきなり不便になった。この制度があって助かった。」

この制度は社協の役割である「共助」を象徴するような制度なので、公共交通が不便な地域にあってはもっと利用されてもいいはずですが、まだまだPR不足なのではないでしょうか。現在の利用会員は48名、協力会員は13名です（令和3年12月時点）。

もっとも、より多くの方に利用していただくためには、協力会員、つまりドライバーも増やす必要があります。とりあえず、運転が好きで時間に余裕がある方は、ぜひ社協までお問い合わせください。「趣味を活かして地域福祉に貢献する」などと大げさなことはいませんが、やってみると意外に楽しいものですよ。



お知らせ

☆ボランティア養成講座 その1

出来ることから始めよう～きっかけはどんなことでも～

令和4年5月26日（木）13：30～15：30（予約制 定員20名）

ふれあいセンター2階 栄養指導室

①ボランティアとは

講師：深澤茂樹氏（元城西国際大学教授）

②自身の得意を活かしたボランティア～マジックとバルーン～

講師：五十嵐 誠氏（東金マジッククラブ）

講師：土屋清文氏（地区ボランティア・バルーンツイスター）



☆ボランティア養成講座 その2

新しい自分の発見・仲間との出会い

①令和4年6月8日（水）・6月22日（水）7月6日（水）7月21日（木）

講師：五十嵐 誠氏（東金マジッククラブ）

②令和4年6月14日（火）・6月28日（火）・7月12日（火）・7月26日（火）

講師：行川ゆき子氏（悠の会 会主）

③令和4年6月24日（金）・7月1日（金）・7月15日（金）・7月29日（金）

講師：土屋清文氏（地区ボランティア・バルーンツイスター）

いずれも13：30～15：30（予約制 定員各15名）ふれあいセンター2階 栄養指導室



ボランティアセンターから



「ボラセンだより」第80号いかがでしたか？

ご意見や感想をぜひお聞かせ下さい。

「お知らせ」や「情報」などの原稿もお待ちしております。

東金市ボランティア・市民活動センター

TEL 0475-52-5198 FAX 0475-52-8227

感想やお便りは
メールでも OK！です。

togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp



桜の木の下で食べる「お寿司」、それも色とりどりの「太巻き好き」だったら美味しさも格別。お祝いの文字や花柄などを巻き込んだ農漁村の郷土料理。平成十九年に「農村の郷土料理百選」に選ばれ、二百種類の図柄があるそうです。この度東金市生活改善会では「百年桜」と命名したこの寿司の作り方を紹介したDVDを製作しました。多くの方のV制作、楽しんで観たい方や、試行の繰返し観たい方、太巻きの返しの想いを、Dらるる10分ほどの作品で、Dにも置いてありまして、（たあち）

