

郷土の味 体験日をご紹介します！ 6月は食育月間です！

下諏訪町食生活改善推進協議会では、平成20年から「郷土の味 体験日」を開催しています。

この体験日の目的は、子育て中の保護者のみなさんに郷土の味や保存食、旬の食材を使った料理や行事食を味わってもらい、手作りの良さを感じてもらうことです。野菜たっぷりて工夫いっぱいの「長野の食」の伝承につながっていくことを願いながら、春と秋に開催しています。また、試食だけの簡単な体験日として、お子さんと一緒に参加してもらっています。今回は写真を添えて、体験日当日の様子を紹介します。

当日の流れ



- 1) 会員さんが自宅で作った料理を盛り付けているところです！
- 2) 町保健センターの2階が会場です。最初に作り方の説明をします！
- 3) みんなで「いただきます。」をして食べ始めます。いつも大好評です！

アンケート結果の紹介

体験日の最後に、簡単な食育アンケートを配布して保護者のみなさんにご協力いただき、その結果から子育て世代の食に関する意識等を把握して、日頃の活動に役立てています。

今回は、アンケート結果の中から町民のみなさんに知っていただきたい3つの内容を紹介いたします！

質問	今後、このような取り組みにご協力いただけますか？ (平成24年3月：22人参加)	家庭で災害対策の一環として食料の備蓄をしていますか？ (平成25年3月：26人参加)	和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことを知っていますか？ (平成26年3月：30人参加)
回答	はい：22人 (100%) いいえ：0人 (0%)	はい：12人 (46%) いいえ：14人 (54%)	はい：22人 (73%) いいえ：8人 (27%)
健康づくり推進室よりひと言	子育て世代の皆さんが食体験への協力を惜しまないという姿勢は町の宝です。今、病気や介護の負担を少なくするために、地域ぐるみで健康づくりに取り組むことが必要とされています。地区ごとに食体験の機会をどんどん増やしていきましょう！	災害など、いざという時のために日頃からの備えが大切です。ライフラインが途絶えた場合も想定して、家庭での備蓄をしましょう。普段使いしながら災害に備えるローリングストック(循環備蓄)もおすすめです！	最近の日本は「和食ばなれ」「肉食傾向」と言われています。生活習慣病予防の観点からは、魚をメインとした一汁三菜の食べ方(日本型食生活)が勧められています。毎日の食生活を和食中心でコーディネートしていきましょう！

— 会員募集について —

下諏訪町食生活改善推進協議会では、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、健康に関する知識を深め、自分と家族の健康管理や地域の健康づくりに取り組んでいます。仲間として一緒に食育活動に参加していただける方を随時募集しています。詳しい内容を知りたい方は、町保健センターへお問い合わせください。

■問い合わせ 下諏訪町保健センター 電話27-8384 (直通)

～ 結婚衣装等の貸出を行っています～

下諏訪町生活改善実行委員会では、町連合婦人会へ委託し、冠婚葬祭等の衣装(振袖・留袖等)の貸出を行っています。貸出衣装の公開は毎月2回行っていますので、是非ご利用ください。(衣装公開日は、毎月クローズアップしむすわ紙上でお知らせします)

なお、平成28年3月31日で衣装の貸出は終了いたしますので、ご承知ください。

【貸出料金】

【貸衣装公開日日程】

内 訳		金 額	月	日	曜 日	時 間	
花 嫁	打掛一式	43,000円	6	6	第1土曜日	午後1時～午後4時	
	花嫁打掛用5点セット等	3,500円		21	第3日曜日	午後1時～午後4時	
	花嫁用 振袖	16,000円	7	4	第1土曜日	午後1時～午後4時	
	花嫁振袖用 丸帯 (花嫁衣装一式)	2,500円 65,000円		19	第3日曜日	午後1時～午後4時	
花 婿	和装一式	11,000円	8	8	第2土曜日	午後1時～午後4時	
	袴	3,500円		16	第3日曜日	午後1時～午後4時	
一 般	振袖(長襦袢・重ね衿セット)	16,000円	9	5	第1土曜日	午後1時～午後4時	
	付け下げ(長襦袢・重ね衿セット)	4,500円		20	第3日曜日	午後1時～午後4時	
	留袖(長襦袢・帯揚げ・帯締め・末広)	4,500円	10	2～4	文化祭中	午前9時～午後4時	
	袋帯	2,500円		25	第4日曜日	午後1時～午後4時	
	女性用袴(帯含む)	4,500円	11	7	第1土曜日	午後1時～午後4時	
	ぞうり・バッグ	1,000円		14	第2土曜日	午後1時～午後4時	
	喪服(帯・長襦袢・帯揚げ・帯締め)	3,500円	12	5	第1土曜日	午後1時～午後4時	
喪服用ぞうり	500円	20		第3日曜日	午後1時～午後4時		
子 供	モーニング(上着・スボン・ネクタイ)	4,500円	1	9	第2土曜日	午後1時～午後4時	
	男性用礼服	3,500円		17	第3日曜日	午後1時～午後4時	
	掛け衣装(付属品含む)	4,500円	2	6	第1土曜日	午後1時～午後4時	
	七五三衣装 (袴・ぞうり他・付属品一式)	5,000円		21	第3日曜日	午後1時～午後4時	
				3	5	第1土曜日	午後1時～午後4時
					20	第3日曜日	午後1時～午後4時

★返還された衣装に強度の汚れ及び損傷が認められたときは、修復に要する費用の全部又は一部を借受者の責任において、負担していただく場合があります。

◎公開場所 下諏訪総合文化センター 2階「和室」

◎公開時間 午後1時～午後4時

(文化祭中は午前9時～午後4時)

■問い合わせ

下諏訪町生活改善実行委員会事務局

下諏訪町 健康福祉課 福祉係

電話27-1111 (内線232)

