

栗山川シンポジウム ふるさとの川を守るために

ふるさとの川、栗山川を守るため、光町・横芝町両町の主催で第7回栗山川シンポジウムが3月16日、町民会館で行われました。

最初に県河川交流会東部グループ代表・大木清氏による「栗山川の河川文化について」の報告、続いて環境イーハトープの会主催・小林節子先生による基調講演「身近に家庭で出来る河川浄化」が行われ、生活排水を減らすことや、使い捨ての社会を見直すことが日本の川を守ることにつながるという話などがありました。

また、千葉工業大学教授・高橋彌先生から川づくりに関する講演も行われ、参加者はふるさとの川を守るために簡単にできる多くのことを、学ぶことができました。



ヘルスサポーター21養成講座修了

食生活改善推進員によるヘルスサポーター養成講座

が2月7日に第3回目のコースを修了し、16名の方が登録証を授与されました。受講者は、「BMI」で肥満度を計り、自分の適正体重を知ったり、運動実技や健康食の調理実習を楽しく学びました。

ヘルスサポーターとは「自分の健康意識を高め、健康とQOL（生活の質）を向上し、地域の健康づくりをサポートする人」のことで、これから地域の健康づくりのため、活躍していきます。



登録証を手にされたみなさん

プロの味を食卓に



プロの魚さばきを学びました

食生活改善推進協議会では、推進員の資質向上のため年5回の研修を行っています。

今回は、「和食の基本」としてプロの魚のさばき方を習おうと、東総ぶぐ研究会会長・調理技術指導員の長井滋先生をお招きし、本格的な調理研修を行いました。参加した推進員は「かつおのたたき造り」「かつおの握り寿司」などに挑戦し、魚の取扱いの丁寧な説明と新鮮な魚を美しく手早くさばいていく長井先生の「技」を、真剣な眼差しで学びました。

栗山川にサケの稚魚放流

栗山川にまた帰って来てね



学校で育てた稚魚も放流したよ



栗山川親水公園「栗山川せせらぎ広場」で3月6日、サケの稚魚14万尾が放流されました。この放流事業は、昭和51年度から始まり、栗山川漁業協同組合のみなさんの協力のもと、横芝町と協力して行っているものです。また、サケが放流された川に戻ってくる確率は1000分の1と言われていますが、栗山川はサケが帰る南限の川として知られ、今年度は、725尾が捕獲されました。

転倒・寝たきり予防プログラム

開催

町民会館で2月27日、高齢者の方を対象にB&G財団主催「転倒・寝たきり予防プログラム」一日体験講座が開催されました。

身体測定からストレッチ、日常生活の中で必要な脚の能力を測定し、参加者達は測定結果を見て必要とする運動法・食事法に興味を示していました。

▲転ばない体を作る在宅運動メニューに挑戦

