

# こんにちは！ 保健婦です

## お母さん ぼくだって 料理はできるんだよ!!



日置町食生活改善推進協議会は、毎年八月八日に「母と子の料理教室」を実施しています。今年も八日に改善センターで四十八人の母と子が、九日に漁村センターで四十三人の母と子が食事づくりをしました。

●母から学ぶ日本の食生活  
かつて日本では、料理の作り方、味わい方は母から子へと伝えられたものでした。気候、風土、生活様式をふまえた、長い間に培われてきた食べものの伝統がもともとあったうえに、さらにその家独自の工夫がなされ、それが母から子へと伝えられてきたのです。伝えられたのは調理の方法だけではなく、食事を通しての人をもてなす心、家族をいっしょに育てる心、子どものしつけでもあったのです。

「近ごろの子どもは和風の料理を食べない」とよくいわれませんが、子どもに「今日、何が食べたい？」とよく聞くお母さんが多いのも事実です。子どもが嗜好にばかり合せないで、地域の文化を表した料理の掘りおこしと、栄養バランスのとれた新しい食文化を創造して、子どもへ伝えてゆけたらという願いで

食生活改善推進員はこの母と子の料理教室を実施しています。

### 目 標

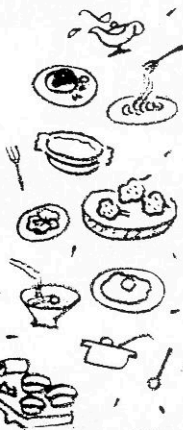
- ◎朝食はきちんと食べる
- ◎食事中は、家族との楽しい会話がある。
- ◎食事が待ちどおしい

### 献立

- 八月八日（改善センター）
- キャベツのサラダ
- チーズのふわふわスープ
- いなりずし
- ヘルシージュース
- 八月九日（漁村センター）
- ちらしずし
- きずの吸い物

### 子どもが好きなベストテン

- 1 カレーライス
- 2 ハンバーグ
- 3 スパゲッティ
- 4 グラタン
- 5 鶏のから揚げ
- 6 焼きそば
- 7 お好み焼き
- 8 ラーメン
- 9 シチュー
- 10 おすし



## 「ガン征圧月間」運動

九月一日～三十日

がんによる死亡者は、年々増加の一途をたどり、殊に四十歳代から六十歳代の働き盛りの年齢層に最も多く、家庭的にも社会的にも大きな損失となっております。県民の健康と幸福に対する脅威ともなっております。このため、山口県対がん協会は県民に対して、がんに関する正しい知識の徹底をはかり、早期発見、早期治療のための予防思想を普及し、がんの撲滅を目指す運動を実施します。

### (1) 運動実施期間

九月一日から九月三十日まで

### (2) 実施事項

- 検診事業
  - 早期発見、早期治療を呼びかけ、予防思想の普及活動の一環として、がん検診を行います。

### ア、検診実施機関

- 運動の趣旨に賛同の協力医療機関で、次のとおりです。
- ・長門総合病院
- ・斎木病院（大腸がんのみ）
- ・岡田病院
- ・持山外科整形外科医院
- ・木下皮膚科医院（皮膚がんのみ）

### イ、検診料

- 皮膚がん ……二、〇五〇円
- 大腸がん ……二、〇五〇円

※各科目の受診にあたっては、事前に受診を希望される病院の受付へ電話又は直接申し出ください。

### ウ、対象者

一般受診希望者