

長与町健康づくり推進員協議会の活動

おじちゃん達の楽しく元気な食育の取り組み



かわいい保育園児たちに囲まれながら、料理の先生さながらエプロン姿でやさしく手順を教えていくおじちゃんたち...それが『長与町健康づくり推進員』です。町内保育園児を対象とした食育活動は11年目をむかえ、看板メニューとなったとうふ団子は子どもたちも大好きです。「とうふもきなこも同じ大豆からできているんだよ!」と推進員が伝えると素直に驚きの声が上がります。食育紙芝居のあとは「朝ごはん食べる〜!」と元気にこたえます。最後には、おうちでも作ってほしいとの願いを込めて、プレゼントの紙ヒコーキにレシピを添えます。

活動のはじまりは、平成8年~10年度に実施された町主催の男性料理教室参加者を中心に、平成11年~12年度に男性健康づくり教室を開催。その修了生が、自分自身の健康づくりと町民全体の健康づくりに役立つことを目的として、『長与町健康づくり推進員協議会』を平成13年に発足しました。

現在、会員27名(男性のみ)で平均年齢は70歳を超えていますが、みんなはつらつと活動しています。毎月1回の定例会では、健康に関する学習会や自主活動の準備を行いますが、和気あいあいとした中、意見交換も活発です。自主活動としては「保育園児とのおやつや軽食づくり」の他、「地域のみなさんとのスポーツ活動」「ヘルシーウオーク大会」に取り組み、町事業にも積極的に協力しています。

「自分自身も楽しみながら、町のみなさんのお役に立っている!」という思いが、会員の一番の元気の源です。

