

市民活動団体などの  
紹介シリーズが  
はじまるよ



# 我が家からお隣さん、そして地域から市全体へ 食を通して健康づくりの輪を広げる

## 食生活改善推進員連絡協議会



▲楽しい親子の食育教室



▲一緒に活動しませんか

力をあわせて  
市民協働の  
まちづくり

①

今、市では市民協働のまちづくりを進めています。今回紹介する食生活改善推進員連絡協議会は、食を通じた健康づくりに取り組むことを目的に、昭和53年にスタートしました。現在、市の講座を受講し、食生活改善推進員(ヘルスメイト)に登録された170人が、親子食育などのボランティア活動をしています。

スローガンは「私たちの健康は私たちの手で」。保健福祉まつりや出前講座はもちろん、男性の料理教室やふれあい・いきいきサロンなど、多くの場で講師としても大活躍。市民の皆さんからも親しまれています。

地域に密着した活動を進めるため、歯1モ2フエアでの歯に良いおやつや食事の普及啓発三原支部、学校と協働で野菜の大切さを知るための野菜料理作り(本郷支部)、サッカー少年に対してカルシウムの重要性を伝えるための啓発活動(久井支部)、集団健診の受診者に対してヘルシーなおやつや食事の普及を進める活動(大和支部)など、4支部での独自活動も盛んです。

「食育の推進はもちろん、地域の伝統料理の掘り起こしにも取り組み、次の世代に伝えていきたいです」と笑顔で展望を語る会長の頼育代さん。

保健福祉課では、こうした活動に対して、研修会の開催や情報提供などの支援を行い、食を通しての健康づくりを、市民協働で進めています。同協議会についての問い合わせは保健福祉課 ☎0848⑦6053 FAX0848⑦5934

### 広報番組

「三原市チャンネル」

ケーブルテレビを活用し、市の職員などが出演して市政情報を伝える広報番組「三原市チャンネル」を放送しています。

曜日と放送時間 (放送時間15分間)	
月・土・日・曜日	7時15分～ 12時15分～ 19時15分～
火・金曜日	7時15分～ 12時15分～ 19時15分～ 23時15分～

番組内容は1週間単位で月曜日に更新します。年度替わりや年末年始、三原テレビ放送の特別番組がある場合は、変則になります。

問い合わせ先 秘書広報課  
(☎0848⑦6007)

### 市民憲章

- わたしたちは、海・山・空  
夢ひらくまち三原をめざして、  
この憲章を定めます。
- 一 豊かな自然をいかし、美しいまちにしましょう。
  - 一 歴史と文化を大切にし、人をほぐくむまちにしましょう。
  - 一 みんなで助け合い、人がふれあうまちにしましょう。
  - 一 心もからだも健康で、明るいまちにしましょう。
  - 一 楽しく働き、活力あるまちにしましょう。

今月の夜間収納窓口(19時まで)  
9日(木)・23日(木)

あ・と・が・き

ランドセルを初めて背負ったときのことを覚えていますか？先日取材で行ったランドセルカバの贈呈式でのこと。幼稚園児たちのランドセルを背負う初々しい姿を見て、昔の事を思い出しました。実をいうとそこは自分が通っていた幼稚園で、昔と変わっていない建物や景色を懐かしく感じました▼家に帰ってからそのころの写真を広げて見ました。写真ついでですね。色あせていない思い出がよみがえります▼今日から4月。広報みはらで自分自身にとっても、市民の皆さんにとっても心に残る写真を紹介したいと思います。(は)



### 三原市の人口

(2月28日現在)

世帯数	43,886世帯 (+173)
人口	104,004人 (-612)
男	49,932人 (-301)
女	54,072人 (-311)
( )内は前年同月との比較	

資源保護のため「広報みはら」は再生紙および大豆インクを使用しています。

編集・発行／三原市秘書広報課 (〒723-8601 広島県三原市港町三丁目5番1号 ☎0848⑦6007) 毎月1日発行  
「広報みはら」は市役所1階ロビーと各支所、サン・シープラザとうきろロビーの窓口にも備えています。点字版や録音テープの「広報みはら」も発行しています。問い合わせは秘書広報課へ。