

民生・児童委員の新たな期(3年間)がスタートしました



佐藤美津子
(草野)



新 佐藤 俊雄
(草野)



大渡 正子
(草野)

※カッコ内は担当区
(敬称略)

平成25年12月1日に、厚生労働大臣の委嘱を受けた民生・児童委員の新たな任期が始まりました。任期は、平成28年11月30日までの3年間です。民生・児童委員は、住民の見守りや支援を行うことで、地域福祉の推進を担います。また、行政機関の業務に対する協力も職務のひとつとなっています。



新 佐藤 耕造
(大倉)



大内 雄治
(八木沢・芦原)



新 村松 礼子
(小宮)



松原 光年
(小宮)



新 長井 栄子
(関沢)



佐藤 公善
(伊丹沢)



新 高橋恵美子
(深谷)



新 齋藤ちか子
(大久保・外内)



渡邊 勝義
(前田・八和木)



新 星 初江
(前田・八和木)



渡邊 茂與
(飯樋町)



今野 百合
(飯樋町)



新 長谷川佳代子
(宮内)



菅野 正美
(佐須)



菅野スイノ
(蔵平)



金子 益雄
(長泥)



菅野とみ子
(比曽)



新 菅野 鶴夫
(比曽)



新 星 昭子
(上飯樋)



新 佐藤 正勝
(上飯樋)



新 小林 洋子
(主任児童委員)



長正サツキ
(主任児童委員)



新 佐藤 路也
(二枚橋・須萱)



新 佐藤 孝一
(前田)



新 三坂二三子
(白石)



新 高橋 悦子
(関根・松塚)

民生委員・児童委員は地域住民の福祉の相談役です。どうぞよろしくお願ひいたします。



▲一食塩分2.6グラムの薄味の食事を作りました

催し、無理なく楽しく体重をコントロールするコツをお伝えしています。第4回目となる栄養教室では、調理実習を行ない、1食546キロカロリーのバランスの良い食事を作りました。濃い味付けはご飯が進み、食べ過ぎの原因になります。秋鮭のホイル焼きはレモン汁をかけることで、薄味でも美味しく食べられました。また、よく噛むことで満腹感が得られるので、噛み応えを残して調理するなど、ちよつとの工夫で摂取カロリーを減らす調理法や食べ方を学びました。調理実習後は、一人ひとり生活の改善点について管理栄養士からアドバイスを受け、日頃の食生活習慣を振り返る機会となりました。

ミニメモ・成人1日あたりの食塩摂取量の目標は10グラム未満です



脂肪さよなら教室

調理実習

12/13



村から 課から 係から
ほけんと ぶくしのページ
インフルエンザ予防、ミニ運動会などについてお伝えします。



▲みんなで楽しく集まろうね！イエーイ！

開催しました！
しあわせカフェ「わたり」
11/30



▲笑顔があふれるカフェのひとつ

福島市渡利地区に避難している、借り上げ住宅の方を対象に、避難先での地域のコミュニティづくり、健康づくり、生きがいづくりを目的として、身近なエリアで集まれる場を作りました。初回の11月30日は、24人が参加し、今後カフェでやってみようことを出しました。また、ふくしま素人落語会の皆さんの小話やマジックで、お腹を抱えて笑っていました。村では、今後、しあわせカフェを増やしていきたいと考えており、健康相談を実施する他、仲間同士が交流を深めたり、村からの情報を得る場として活用して欲しいと思います。