

親子で豆腐料理に挑戦!



▲親子で料理を楽しむようす

子どもの頃から良い食材を選ぶことから、料理をするちからなどの「食育」を身につけることで生涯健康でいられるからだづくりにつなげようと、前田行政区で「親子料理教室」を開催し34人の親子が豆腐を

11/16

まどいな健康づくり事業



使った料理を実習しました。



教室では、「豆料理の普及など食育活動をしている「飯館村食を考える会（菅野一代会長）」の会員を講師に、食育と生活習慣病の予防に良いとされている大豆パワーについて話を聞いた後、「豆腐お好み焼き」と「白玉トーフ団子」づくりに挑戦。子どもたちも、団子を丸めたり、お好み焼きを焼いたり親子で楽しく料理に取り組んでいました。村では、今後も豆料理を健康づくりにつなげるための活動を支援していきます。

「私は吸いません」宣言

11/27

白石小学校防煙教室



▲たばこの書について学ぶ児童ら

白石小学校では、5年・6年生がたばこを吸うことによつて体にどんな害を及ぼすかについて学習しました。

福島県産業保健推進センターの山屋佐智子先生から、「たばこを吸うと、たばこに含まれる化学物質が体に入り、吸い始めの年齢が若いほど、発がんのリスクが高まります」と言う話を聞きました。また、6年生は、ビニール袋にたばこの煙と水を含ませた脱脂綿

に、かいわれ大根の種を植え、発芽の状況を調べる実験の結果についても確認しました。普通の水道水に比較し、たばこの煙を含んだ水に植えた種は、明らかに発芽が悪く、たばこを吸うと体の中でも同じことがおこり、病気になるってしまうということを学びました。

最後に、山屋先生が作成した「禁煙名刺」に自分の名前を書いて、「私は、ずーっとたばこを吸いません」と、誘惑に負けない強い心を持つことを宣言しました。

今後、草野小、飯樋小でも防煙教室を開催する予定です。

— 禁煙名刺 —



私はず〜っと
たばこは吸いません