



まちのできごと

↓緊張しながら自己紹介をする新入学児童



4/6 町内小中学校入学式 新一年生が仲間入り

この日、町内の小中学校で入学式が挙行され新一年生が期待を胸に新たな学校生活をスタートさせました。沢木小学校では4人の新入学児童が仲間入りし、緊張している様子でしたが、大きな声で自己紹介をしていました。その後、在校生が沢木太鼓の演舞を披露し、新一年生を歓迎。式辞で與板博志校長は「勉強や遊びを教えてくれるお兄さんやお姉さんたちと一緒に楽しい学校生活を送ってください」と入学を祝福しました。

4/4 雄武町教職員辞令交付式 教職員 10 名に辞令交付

令和5年度雄武町教職員辞令交付式が町民センターで行われました。式では、豊田教育長から転入・新採用教職員一人ひとりに対して辞令を交付しました。

教職員を代表し、雄武中学校教諭として新採用された樫山いづみさんが「教育に従事する公務員として誠実かつ公正に職務を執行します」と宣誓。それぞれが教職員としての自覚を新たに、引き締まった表情をしていました。



↑宣誓をする樫山いづみさん

4/6 春の全国交通安全運動 新入学児童に呼びかけ

この日、春の全国交通安全運動の一環として、興部警察署員や町交通安全指導員、町職員が雄武小学校の玄関先に立ち、新入学児童に啓発グッズを手渡しました。

黄色のランドセルカバーやキーホルダーなどが入った啓発グッズを受け取った新入学児童は「車や自転車が来ているかを確認して、通学するように気をつけます」と交通ルールへの意識を高めていました。



↑啓発グッズを手渡される新入学児童



雄武町長
石井友藏

町長コラム

町民の皆さん、こんにちは。

5月に入り、野山も新緑の季節を迎えました。

新年度のはじまりから一ヵ月が過ぎ、就職や転勤なども終え、心や生活も落ち着いてきたところではないでしょうか。

今年は雪が少なく、農作業等も例年より進んでいると思いますが、先月の16日、17日の二日間にわたり季節外れの大雪となりました。私の家がある中雄武地区では50cmほどの積雪となり、春が遠のいた気がしました。これも地球温暖化等による異常気象が影響しているのではと思い、今年一年、大きな災害もなく平穏な年であってほしいと願うばかりです。

ひと時の間、冬に逆戻りもありましたが、我が家で飼育しているポニー達は、ふわふわの毛が生え変わり、肌触りの良いスマートな体になってきました。

最近、ポニーと毎日遊んでいると、ポニーの方から“ほおずり”をしてきたり、抱っこをねだる仕草をしてることがあります。常に優しく話しかけて接していると、動物にも人の心が通じるものなのか、いつも癒されています。

人と接するときも思いやりの気持ちが大切であると同時に、その心を大切にしたいものです。

Activity Report

地域おこし協力隊 ～活動レポート～



地域おこし協力隊
ふるさと学習支援員
久保田 智子さん

今回は、食べることの大切さについてお話をしたいと思います。食事は、一日の摂取エネルギー量が同じであっても食べるタイミングによっても身体にはさまざまな影響が現れます。朝食を抜くとエネルギー消費量も減るため、体脂肪がつきやすくなります。体内時計のリセットして、自律神経のバランスを保つためにも朝食は必ず食べるようにしましょう。ただし、早食いは避けてください。短時間にたくさん食べると、血糖値が急激に上昇します。なので、最初に野菜や温かい汁、味の薄いものから食べましょう。

食べる順番も大事です。「三角食べ」がありますが、これのメリットについてご紹介します。

まず、ご飯・主菜・副菜（汁物）を順番に食べると、口の中に残る汁やおかずの味で白ご飯を味付け（口内調味）して、よりおいしく食べられます。そうすることで、味の深みや幅を広げることができ、味覚が養われます。

このように、口内調味で味わいながら食べることで、時間をかけてしっかりと咀嚼しやすくなることができ、消化の働きを助けます。よく噛むことで脳が刺激されて活性化し、歯の健康にも役立ちます。

そして、1種類のおかずだけを食べて満腹になるのを防ぎ、バランスよく栄養が摂れて、栄養の偏りがなくなります。

『子どもの将来をしっかりと考えるなら』今こそSTOP『ご食』

- ①孤食 一人で食事すること。好き嫌いが増えることで栄養が偏る。
- ②個食 家族が揃って食べているのに、各々が別々のものを食べていること。
- ③固食 自分の好きな決まったものしか食べないこと。栄養のバランスが偏る。
- ④粉食 パンや麺など、粉ものばかり食べることで、噛む力が弱くなる。高カロリーで肥満に繋がりがやすい。
- ⑤小食 食事の量が少ない。成長期に必要な栄養が摂れず、抵抗力が落ちる。やる気が出ないなどの症状が出やすい。
- ⑥濃食 加工品や味の濃いものを食べる。味覚が育たず、過栄養で肥満や生活習慣病を招きやすい。

普段の食生活で、ぜひこれらのことを意識してみてください。

さて、5月からチャレンジキッズが始まります。今回は食育コース（全6回コース）などの企画を用意しています。学校、自治会、子ども会の皆様のご協力で行っていますので、皆様のご参加をお待ちしています。

※地域おこし協力隊でこのコーナーを順番に担当しています。お楽しみに。