

学習の成果を発表「暮らしの中に人権の輪」

第26回日野町解放文化祭



会場にはたくさんの作品が並び

「暮らしの中に人権の輪を広げよう」をテーマに11月2日から4日、町文化センターなどを会場に第26回日野町解放文化祭が開かれました。

期間中は、書道、絵画、編み物や草木染め、学習成果などの作品展示、芸能発表などがあり、会場を訪れた人々は、人権同和問題について意識を高めました。

11月2日には、町文化センターで、落語家桂福車かつふくぐるまさんの「子の心、親知らず」と題して落語がありました。桂さんは「学校・家庭での教育の役割、人権教育についてもう一度考えて見ましょう」と楽しい話を織り交ぜながら話しました。

やっぱり健康が一番、生きいきと

健康フェスティバル「ひの」

健康への意識を高めようと、10月19日、健康フェスティバル「ひの」を開発センターで開きました。

この日は、110人が参加。身長・体重・血圧などを測定したり、体調について相談するなど自分自身の健康状態について再確認しました。

また、「いやしの笑いで健康に」と題して、落語家の林家染雀せんせきさんによる講演もあり、参加者は楽しい話に大笑いしながら健康について感心を高めました。

昼食には、町食生活改善推進協議会（佐々木高子会長）による「おこわ」や「ソバサラダ」などが振る舞われ、参加者は、栄養バランスの良い料理を「おいしい」と言



良い歯のコンクールで表彰される柳瀬さん親子

いながら味わっていました。

会場には、「塩分を取り過ぎないように」と、梅干1個に1・8グラム、塩サバ1切れに1・4グラムなど各食品に含まれている塩分量を紹介するコーナーなどもあり、来場者の健康への関心を誘っていました。

この日は、健康家庭の表彰（国民健康保険の無診療3世帯）、良い歯のコンクール（1組と11人）もありました。良い歯のコンクール3歳児と親の部で表彰されたのは柳瀬瑞保さんと明日香さん親子（舟場）。母親の瑞保さんは「きちんと磨くのが習慣。いつまでも丈夫な歯でいたいです」と話し、明日香さん（3歳）は「ハミガキは大好きです」と話してくれました。

足腰を鍛えることが大切

ぼかぼか教室「転倒骨折予防教室」

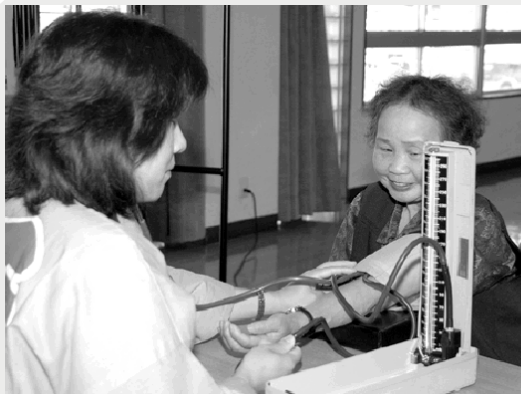
転倒骨折を予防し、健康な体づくりを目指すそうと、10月27日、ぼかぼか教室（転倒骨折予防教室）を、久住集会所で開きました。

参加した10人は、始めに健康診断をした後、健康運動指導士の出石勉さん指導のもと、マットを使って背筋を伸ばすストレッチ運動などをしてたりして体をほぐしました。

出石さんは「転倒を予防するには、特に足腰を鍛えることが大切です」と話し、参加した人たちは「じつくり運動をして、体がほぐれました」と話していました。



しっかりと体を伸ばし体をほぐす参加者



血圧や健康相談をして自分の健康状態を知る