news SAKAI TOWN NEWS OR CHECK!

9/26

DHC 葉酸セミナーを開催

おかげさまで 满員御礼!

境町中央公民館で㈱ DHC の研究顧問で医学博士の蒲原 先生による葉酸セミナーが開催されました。セミナーの中 で葉酸の働きや効率的な摂り方などのわかりやすい講演が 行われました。脳卒中や、認知症に対する予防効果などの お話しもあり、参加者の皆さんは熱心に耳を傾けていまし た。質疑の時間には、持病がある方から「葉酸サプリを他



講演を行う蒲原先生

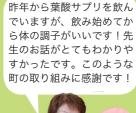
の薬と一緒に飲んでも大丈夫ですか?」という質問が多くありました。飲み合 わせに対して不安に思う方には講演後に、DHC の薬剤師による個別の相談ブー スも設けられ、皆さん積極的に活用されていました。

終了後には葉酸サプリ申込者へ配布も行われました。町では、今後も様々な 形で DHC との取り組みを行っていきます。



馴染みがなく、飲ん だこともなかったで すが、健康増進のた めに是非長く飲みた いと思います。

うに(認知症の予防 として) 葉酸サプリ を飲んでいきたい。





い講習会でした。

心筋症を患って心臓の手

術を受けたことがあり、

心配していましたが、葉

酸サプリが心筋症や心筋

梗塞、脳梗塞に役立つこ

とが分かり、非常に心強

持病があるので薬の飲み 合わせを心配していまし たが薬剤師の先生に大丈 夫と言ってもらえたので 安心して毎日葉酸サプリ を飲んでいきたいです。



9/3

ワーク・ライフ・バランス

【大里美恵子さん、和雄さん (住吉町)】

講座を開催

境町男女共同参画推進委員会主催のワークライフバラン ス講座が開催されました。講師として父親育児の環境づく りと次世代育成を推進している NPO 法人ファザーリング・ ジャパンファウンダーの代表である安藤哲也さんをお招き し、「子育ても仕事も人生も楽しもう♪~欲張りライフの すすめ~」をテーマに講座が行われました。子育てに関す る父親の役割やすぐに実践できる様々な育児のコツなどを 笑顔いっぱいで話してくれました。参加者からは「もっと 多くのパパに聴いてほしい。」「今日から実践してみたいと 思った。」など、大変勉強になる講座になりました。



安藤さんの講座を熱心に聞く参加者 の皆さん



現在3人の子どもの父親パパ S 絵本プロジェクトのメン バーとして全国の図書館・保 育園などにて出張絵本お話会 を開催中。厚生労働省イクメ ンプロジェクト推進チーム顧 問など多くの事業に携わって いる。

9/12~13 \ 秋の味覚バスツアーを催行/

平成29年度「境町民号」第2弾

9月12日(火)~13日(水)の一泊二日で、山梨 甲府や東京高尾山を巡る町民号バスツアーが催行されま した。これは、ふるさと納税二年連続茨城県内一位を記 念して企画されたもので、町民同士の親睦や友好を深め る会として、4月の熊本旅行に続き第二弾の開催となり ます。合計 231 名という多くの参加を得て、初日は、ワ イナリー見学、百貨店での買い物、有名ホテルに宿泊、名 湯への入浴、大宴会では参加者が踊りや歌を披露。2日目 は、信玄餅でおなじみの「桔梗屋」の工場見学、うかい鳥 山でのランチ、高尾山登山など、各コースを堪能し、無事 に終了することができました。次回の開催もお楽しみに お待ちください。









団体

言葉の壁をなくそう!

国際交流友の会「さ・か・い」



生徒さんとそのご家族など総勢35名が参加



際貢献が評価され、善行表彰を受けました。写真は、受 賞報告の様子。(右から2番目は、会長の肥後輝代さん)



日本語教室は、平日に大人向け2教室、 土曜日に子供向けを開催



ボランティア講師のための指導教室も 定期的に行っています



はお茶会の様子

国際色豊かなランチを召し上がれ♪

ランチフェスティバルを開催!



中央公民館において、国際交流友の会「さ・か・い」主催の ランチフェスティバルが開催され、日本語教室の生徒など約80 名が参加し、国際色豊かなランチを楽しみました。

普段の教室とは逆の立場で、生徒が先生となり、料理を教え ながら、フィリピンの家庭料理の「チキンアドボ」や「タホ(デ ザート)」、ベトナムの「鶏肉とキャベツのサラダ」などを作り、 美味しくいただきました。

他国の食文化を体験することで、日本との違いを知り、異文 化理解を深める貴重な交流会となりました。



▲チキンアドボ…フィリピンの代表的な家庭 料理でお酢に漬け込んだ鶏肉の煮込み料理

Bタホ…豆腐に黒蜜とタピオカをかけ、 混ぜて食べるフィリピンのスイーツ

○鶏肉とキャベツのサラダ…ベトナム風の エスニックな味付けのサラダ







和気あいあいとした雰囲気の中、フィリピンやベトナムの家庭料理をクッキング

合で 元 際交流友の会 **ത** 設立 きる社 に日 と外国 さ 会を目指 境町を中 の 方 心

る外国の あ 方に とっ

葉の

ごとの 見や遠足、

家族

の

会

の

たら

『」と今後「生徒さん

ランチフェ

んなど、

して

らお役

ます」 · 役 と

に融合す

玉

ス方

を

o) の

の日本語教室のほか

語 活動や 対を行うボラ 生活支援、 に近は 隣市 平成 ンティ イ イ 交 在 17

> 生活 の

19 Sakai town news Sakai town news 18