

いきいき 行人

ふるさと味の伝承士が

伝える食の魅力

島田

洋子さん (67歳・前谷)

「私達の健康は、私達の手で」を合言葉に、食生活を見直し、よりよい健康づくりを目的として地域で活動している行田市食生活改善推進員協議会。この会長を務めるのが島田洋子さんです。島田さんが同会に入会したのは、今から30年ほど前だそうです。「忙しかった子育ても一段落し、ようやく自分の時間が作れるようになったとき、公民館で料理教室が開催されると聞いて参加しました。料理には以前から興味をもっていたので、楽しい時間が過ぎました。この料理教室を主催していたのが食生活改善推進員協議会で、知人からの誘いもあり、早速入会することを決めました」同会の一員となった島田さんは、入会後すぐに理事を務めるなど精力的に活動を始めました。



同会は、幼児から高齢者までと、幅広い方を対象に、食に関する講座や料理教室なども行っています。特に最近では、公民館で保健センターが実施した健康講座の中で、ヘルスサポート事業を開催するほか、市内の保育園へおもむき「子供のための食育活動」を行っています。「今は、野菜に触れる機会の少ない子供たちがたくさんいます。加工されている野菜しか見たことがないからでしょう。保育園への訪問では、例えばミカンを横半分に切って匂いを嗅いでもらったり、『白菜は何枚洋服を着ているかわかるかな』と葉をむいたり、五感を使って食べ物本来の色や形、特徴などに興味を持ってもらうように説明しています」と食の魅力を伝えています。

「食は『人』を『良』くすると書くように、生活するうえでもっとも大切なもの。時間のない生活や便利すぎる今の時代だからこそ、食を通して心も体も健康で、充実した毎日を送ってほしい」と現代の食生活に危機感を抱く島田さんは平成20年1月、埼玉県知事から「ふるさと味の伝承士」に認定されました。これにより、行田在来青大豆やゼリーフライといった行田ならではの食文化を伝承・普及するスペシャリストとして、地産地消を推進し、栄養バランスの取れた食生活の重要性を伝える活動に力を注いでいます。誰もが元気で健康な生活を送ってほしいと願う島田さんの、行田の食育を推進する意欲的な活動は今日も続いています。

私の作品

◎皆さんの作品を募集しています。
◎俳句は毎月5日までにはがき・封書で広報広聴課へご応募ください。

俳句

忍 丸山 連子

雨あがり陽光に透く峽紅葉

緑町 鈴木喜久女

踏む落葉耳を澄ませば静の音

城西 橋本まさ子

山茶花や垣根に刈られ花ざかり

持田 長田 義子

紅葉散る長瀬小径吟行会

荒木 島田 香子

初霜に化粧されたる庭の草

須加 藤本ヤス工

腰落し力一杯大根引く

須加 原 ちか子

歳かさねやと大根好きになり

南河原 三沢 一水

小春日やしずけさ故に胸ささく

清水町 新井 圭三

天窓を額縁とせり冬銀河

門井町 小暮 愛子

土のなき街にさまよふ落葉かな

清水町 石川 裕美

ひと言を胸に置むや初しぐれ

城南 町田ツギ子

年老いし心さみしや冬支度

佐間 須永 節子

寒き夜や亡夫の匂ひの張り薬

荒木 高澤よね子

背を丸め玉葱植える老ひと日

大塚 細井喜美江

利根を背に釣丸く厚着して

(木島 斗川 監修)



『寅』(木目込み人形)
須加 美津子(須加)