



JYUNKO
OTSUKI

15年前から趣味で絵手紙を描いている大槻さん。短い文と絵に思いを込めて、遠くに住む姉や絵手紙仲間との文通を続けています。

こおり暮らし

「食改さん」と呼ばれて4年―

食事の大切さを広めていきたい

大槻 純子^{じゅんこ}さん (伊達崎)

町の食生活改善推進員を務める、大槻さん。仕事を定年退職した後「少しでも社会に貢献できれば」と活動を始めました。

委員の活動は、主に町の健康料理教室で、毎回テーマに合わせた食事を作ること。子連れのお母さんには「簡単にできる離乳食」、高齢者には「減塩料理や野菜を多く含む献立」など、世代に合わせて、食事の大切さや楽しさを伝えていきます。大槻さん自身も「参加する度に知識が付き、食事の大切さを再確認できる」と学びの場にもなっています。「家族の健康は、わたしが作る食事によってつくられていくから」と、料理教室で学んだメニューを家でもおさらいし、レパートリーを増やしています。

ほかに、趣味で続けてきた「絵手紙」を子どもたちに教えるボランティアを始めたたり、半田山のシラネアオイを守る「半田山愛草会」にも所属している大槻さん。「小さなことでも、人の役に立てることが自分の喜びなんです。仕事は退職したけれど、まだまだがんばります」と目を輝かせていました。

【今月の表紙】

本格的な甲冑を身にまとい、気分はまるで戦国武将。桑折西山城の本丸整備が終わり、復元祭が開かれました。著名研究者に学ぶ歴史トークのほか、和心を感じるお点前やお囃子の音色、城跡から望む景色に、五感で戦国時代を感じました▼月見の宴では、手が届きそうなほど近くに満月と満天の星が。空の上にいる先人たちと時空を超えて共に過ごしたかのような秋宵のひと時でした(愛莉)

◆人口(前月比)9月1日付

人口 <small>※住民基本台帳 外国人含む</small>	計	11,772人	(-4)
	男	5,619人	(+1)
	女	6,153人	(-5)
世帯数	4,604世帯	(+9)	
転入	28人	出生	3人
転出	15人	死亡	20人

◆今月の納税

- ◆ 町県民税 (普通徴収3期)
- ◆ 国民健康保険税 (普通徴収4期)
- ◆ 介護保険料 (普通徴収4期)
- ◆ 後期高齢者医療保険料 (普通徴収3期)

期限 **10月31日(木)**

◆住民票/戸籍/印鑑・税証明窓口延長(毎週木曜日、午後7時まで)

※**当日午後5時**までに税務住民課(☎582-2114)へ予約。祝日除く。