

まちの話題



石戸小・中丸小の5年生が稲刈りを体験！

9月24日、澄んだ秋空の下、緑のトラスト保全第8号地高尾宮岡の景観地で、石戸小学校5年生が稲刈りを体験しました。当日は里山保存会の皆さんの指導を受けながら、刈り取りから稲架掛けまでの作業を体験し、お米ができるまで大変さを学びました。

子どもたちが今年の5月から育て、自らの手で収穫した稲は、約306キロのお米になり、市内公共施設等へ配布され、石戸小学校の給食でも使用されました。



中丸小学校5年生が、社会科の授業で6月5日に田植えをし、10月11日に収穫をしました。

田んぼを提供してくださっている、原島敏一さんにご指導をいただき、鎌を片手に収穫に挑戦しました。稲の根元は意外に硬く、一株一株力を込めて刈り取りました。2時間の授業で約60人が交代しながら一生懸命に収穫したお米は30キロほどになるとのこと。一袋のお米を得る苦労を味わいました。このお米は、11月8日の中丸小学校の給食で使用されました。



多数傷病者受入訓練を実施

10月14日、北里大学メディカルセンターで今年も多数傷病者受入訓練が行われました。2か所の医療機関と埼玉県央広域消防本部、自衛隊、そして社会福祉協議会が連携し、大災害（首都直下型地震）が起きた場合を想定し、傷病者の受け入れ、トリアージ（治療優先度の決定）や重症者の移送、さらにボランティアの受付や動員時の動きに至るまで本番さながらの訓練で、災害時に備えていました。



市感謝状を贈呈

11月8日、令和6年度北本市感謝状贈呈を市役所庁舎で行いました。

市の振興発展のために御寄附をいただいた皆さん、長年ご尽力いただいた市内小中学校の教職員、自治会長、審議会等の委員の皆さんなどに対して、感謝状を贈呈しました。



8020 よい歯のコンクール

9月30日、北本市役所で「8020（80歳以上で自分の歯が20本以上）」を達成している歯の健康な人に、表彰状の授与を行い、表彰対象となった22人のうち10人の皆さんが出席されました。

いつまでも自分の歯でおいしく食べられる喜びや話す楽しみを持って生活される皆さんは、若々しく、はつらつとしていらっしゃいました。



突撃！
市民リポーター



齋藤 昌代さん

「いちもく会」レポート 調理実習で健康的な食事づくり！

こんにちは！ 市民リポーターの齋藤です。私は、「いちもく会」という会に入っています。日頃から健康にかなり気をつけてはいるのですが、ある年の特定健康診査で血糖値が高めという結果になってしまいました。たまたまその年の糖尿病予防教室を知り、参加したところ、健康づくり課の担当者さんから教室のフォローアップ事業として、「いちもく会」を教えてくださいました。令和4年に入会して、今年で3年目になります。活動場所は母子健康センターです。

いちもく会の今年の活動テーマは『いつまでも生き生きと生活を楽しむための身体づくり』。6月から取材をお願いさせていただいたのですが、今回は直近の活動、調理実習の様子をお見せしたいと思います。楽しみにしていた調理実習の日は10月3日。3グループに分かれて始めました。私のグループはCさんとHさんの3人。Cさんは2回目の調理実習参加、Hさんは3回目だそうです。

今日の献立は主菜のチキンカツと副菜3品、そして主食のごはんです。調理時間は1時間半くらいだったかな、10:00からスタートだったので、11:30ごろにはできあがりでしたー！



楽しくおしゃべりしながらいただきますー！ いちもく会に参加したい方はまずは糖尿病予防教室へ！ 広報きとも1月号に開催案内が掲載されるそうなので、ぜひチェックしてください。

私が言うのもなんですが、皆さんも健康第一に、楽しく毎日元気に過ごしましょうー！



いちもく会 秋のウォーキングの様子