

「きらりと光るまちの人」
SMILE[★]UP! ↑

Vol.44

半矢 幸子 さん

HANYA SACHIKO

半世紀にわたって市民の健康づくりに貢献

❑食生活改善推進員(愛称:ヘルスメイト)になったきっかけは?

Ⓐ当時の宇部保健所が開催した栄養についての講座を受けたのが始まりです。2年間の受講後、何か恩返しがあればと思い、昭和49年に発足した「おのだ栄養と健康を増進する会」の立ち上げに携わりました。

❑ヘルスメイトは普段どのような活動をしていますか?

Ⓐ市の食育事業のサポートをしたり、イベントで食育や地産地消のPRをしたりしています。また、各地域で料理教室も実施していますし、毎月広報に掲載している「健幸レシピ」(21ページ)も担当しています。各地域の会員がレシピの考案から試作、撮影日の調理まで時間をかけて作り上げています。ぜひ参考にしてください。

❑やりがいとは?

Ⓐ会員や地域の人たちとの繋がりができることです。活動を続けてきたことで信頼してもらえていると感じますし、その信頼に応えるために活動をしています。

❑今、みなさんに伝えたいことは?

Ⓐプランターでもいいので、家庭菜園をして欲しいです。植物は日々の成長が見られます。そうして作ったものを食べてみてください。忙しい日々の中でも、植物の生育を見守る「心のゆとり」を子どもも大人も大事にして欲しいです。

❑これからの展望は?

Ⓐ参加した人がまた来たいと思えるような講座やイベントをしていきたいです。笑って楽しみながら、市民の健康づくりに貢献できたら。あとは、自分自身の健康管理をしっかりして、生涯現役でありたいです。



Profile・赤崎地区出身。81歳。現在133人が所属する市食生活改善推進協議会の会長(S63~)。S49.7に旧小野田市で発足した「おのだ栄養と健康を増進する会」(食生活改善推進協議会の前身組織)の副会長に就任して以降、長年にわたり食を通して地域住民の健康づくりに貢献したとして、令和元年に緑綬褒章を受章。今年7月で活動歴は50年を迎えた。



▲ヘルスメイトの活動の様子

ヘルスメイトを募集しています。興味のある人は健康増進課(☎71-1814)までご連絡ください。

ヘルスメイトの活動内容、レシピ集等▶



「みんなの笑顔」の写真を募集!



【応募方法】

①WEB申請 ②窓口・郵送・メール
※詳細は下のQRコードから確認、または広報係までお問い合わせください。

〒756-8601 山陽小野田市役所
シティセールス課広報係(☎82-1148)
☐ki-kouhou@city.sanyo-onoda.lg.jp



ペンネーム るりを
みんなを元気にする最高の笑顔!



ペンネーム チョビの母
我が家に来てくれてありがとう♡