

夢いっぱい

まちのあの人にインタビュー!



「カラテドリームカップ 2013 全国大会」
中学女子重量級準優勝 **渡邊 紗耶さん** (竜王中学校2年)

～夢はワールドカップ制覇～

昨年8月に開催された「カラテドリームカップ 2013」中学女子重量級で準優勝した渡邊さん。宇部市にあるフルコンタクト空手（寸止めではなく突きや蹴りを直接体に当てる）の新極真会山口支部の道場で日々修練しています。

「道着を脱げば、三代目 J Soul Brothers が大好きな普通の中中学生ですよ」とお母さん。幼少のころ体が弱く、何か武道を習わせたいと両親の勧めで道場を訪れたのがきっかけで、空手を選んだのは「格好良かったから」。今年の目標は、「昨年悔しい思いをしたカラテドリームカップで優勝すること」。その先に見据えるのは、2017年にカザフスタンで開催されるワールドカップに出場。そして制覇。「そのためには全日本で優勝しなくてはならない。道は険しいけれど、成し遂げたい」と力強く話してくれました。



ねたろう君の 食育くらぶ

元気いっぱい★



楽しく学んで実践しよう!
～食育教室の参加者を募集します～

★ おやこの食育教室 ★

作った料理をオリジナルのバランスプレート（お皿）にとり、食事バランスを確認しながら食べることにより、子どもたちが自分で「食べ物を選ぶ力」を身につけ、また親子で作って楽しく食べる「共食」の大切さを感じてもらうことを目的としています。

- ◎対象 市内在住の小学生とその保護者
- ◎とき 2月9日(日) 9:30～13:00
- ◎ところ 津布田会館
- ◎定員 12組 24人程度（先着順）

★ 大人の食育教室 ★

食事のバランス、塩分の摂り方、野菜摂取の大切さなどを学びながら、減塩でおいしい野菜たっぷりの料理を実習することで、正しい食習慣への知識を深め、自分や家族の健康づくりに役立ててもらうことを目的としています。

- ◎対象 40～70歳代の市民
- ◎とき 2月13日(木) 9:30～13:00
- ◎ところ 小野田保健センター
- ◎定員 30人（先着順）

- ◎材料費 1人300円（調理実習代）
- ◎持ってくるもの エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
- ◎申込期限 1月31日(金)
- ◎申込方法 電話または窓口にて申込み



【問い合わせ・申込先】健康増進課 ☎ 71-1817

男女共同参画宣言都市

女と男の行詩

今月の一行詩は、『地域社会編』からご紹介します。

地域活動には、環境美化や防犯・防災など様々あります。その活動の中で、何気なく男性と女性の役割が決まっていることとはないでしょうか。今までの考え方にとらわれることなく、これまでのしきたりや行事などを見直し、様々な意見を反映する仕組みを作りながら、男女が一緒になって地域の課題解決に参画していくことで、新しい視点による生活に密着した地域づくりが期待されます。

一人ひとりが自分の生き方を輝かせていくため、男女双方の良いところを持ち寄って地域を元気にし、新しい視点による地域づくりにチャレンジしましょう。

- 男女して 共に支える自治組織
- あなたの常識 私の非常識
決めつけないでなんでも話そう
- 子育ての サークル行けば
ママばかり
参加自由と 謳ってるのに
- 女の知恵 男の力を融合し
作り上げたる平等社会