



食の大切さを考える
食と健康フェスタ

NPO法人里山コミッション主催の「食と健康フェスタ」が赤名改善センターで開催されました。

食物アレルギーを持つ子どもが増加傾向にあるなか、食の大切さを見直すことを目的に開催。講師にアレルギー料理研究家の上田まり子さん（松江市）を招き、誰もが安心して食事ができることの大切さを考えました。

有機野菜を栽培している農家や、食に関心のある子育て中の母親なども交えてのトークセッションでは、食についての様々な経験談が語られ、参加者は熱心に耳を傾けていました。



アレルギー品目を使用していない料理を試食しながらのトークセッション

3.7
土



食で楽しむひな祭り
押し寿司といちご大福づくり

来島公民館主催のひな祭りイベントが行われ、親子連れなど21人の参加者で賑わいました。

飯南町食生活改善推進協議会（食改）の協力のもと、昔から祭りや特別な日のごちそうとして作られてきた伝統食の押し寿司づくりに挑戦。押し型を初めて使う参加者も多く、すし飯や具の詰め具合などのコツを、食改の会員に教えてもらいながら仕上げました。

完成後は手作りしたいいちご大福と合わせて全員で会食を行い、ひな祭りを祝いました。



卵や桜でんぶなどで彩った春らしい押し寿司が完成

3.1
日



島根県を代表して全国で活躍
青の煌めきあおもり国スポ出場

青森県大鰐町で開催された「第80回国民スポーツ大会冬季大会スキー競技会」に、本町に縁のある4人が島根県代表として出場しました。

クロスカントリーの部に吉川瑛太さん（赤来中）、加藤郁海さん（赤色）が会場。また、本町出身の澤田拓也さん、福岡竜ノ介さん（ふるさと選手）が会場し、これまでに重ねてきた練習の成果を発揮しました。

クロスカントリー部 島根県代表監督と選手を兼ねて出場した加藤さんは「吉川さんは初出場で緊張していたが、自分の中で納得できる滑りができた。スキーのワックスも雪質に合い、体のコンディションも良く、それぞれが良い成績が残せた。シーズンオフとなるが、来シーズンに向けてトレーニングに努めたい」と話しました。



クロスカントリー競技に出場した島根県チーム



成年の部男子Cで19位という快挙を成し遂げた加藤さん

1.31
~2.17
火



志津見の魅力が伝わる写真を
志津見湖フォトコンテスト

東三瓶フラワーイベント実行委員会主催の「第14回志津見湖フォトコンテスト」の審査会が開催され、87点の応募の中から、最優秀賞1点、部門賞3点、入選15点が選ばれました。

志津見ダムや東三瓶フラワーバレー周辺を写した応募作品は、6月のポピー祭で展示し、入賞者の表彰が行われる予定です。



【最優秀賞】「見上げる銀河」村川節秀



【人物・イベント部門賞】「うまく掘れたでしょ」勝部美智夫



【風景部門賞】「晩秋」佐藤正美



【ファミリー部門賞】「獲れた!」品川清一



筋トレで心身を健康に
「ランニング」でカラダづくり

来島保健センターのトレーニングルーム「フィット」で、図書館主催の健康講座が開催され、10人が参加しました。

フィットには、健康や体力づくりのため様々な器具を常設しています。講師は、町保健福祉課の理学療法士。「筋肉がつくには休息も必要。週2・3回のペースを目標に」など、参加者は運動時のアドバイスや器具の使用方法を教わり、実際に器具を使って体を動かしました。

今回初めて施設を利用した参加者は「体力作りのためにまた利用したい」と意気込んでいました。



ランニングマシンは歩いても走っても使用可能

2.25
水



伝統を受け継ぐ
銭太鼓教室

古くから受け継がれている銭太鼓を練習する「銭太鼓教室」が赤名公民館で開催されました。

赤名公民館では冬期と夏期に3回ずつ銭太鼓教室を開催。高学年が低学年に打ち手を教えたり、コツを伝えたりしながら練習するのが伝統となっています。

赤名小児童10人、赤来中生徒1人が参加し、安来節に合わせて銭太鼓を練習。「さっきの動き上手だったよ」「ここ難しいからゆっくりやってみよう」と高学年が声をかけながら、練習を重ねていました。



昔から赤名小に伝わる打ち手を練習

2.16
月