



VOL.40

男と女のいきいきコラム



食卓を囲む

秋は食べ物がおいしい季節です。サツマイモやクリ、柿にサンマ。秋の食材が並ぶ食卓は、ぜひ家族皆さんで囲んでみてください。

クリの殻のむき方やサンマの上手な食べ方を教えたり、教わったり。家族で食卓を囲む光景が一家だんらのイメージとして定着しているように、昔から日本の家族は食を通じて、そのきずなを深めてきました。

そして子どもたちは、家族と一緒にご飯を食べるうちに、規則的に食事を取ることもや食事のマナーなど基礎的な食習慣を身に付けていきました。しかしながら近ごろでは、家族そろって食事をする機会が減るだけでなく、子どもが一人で食事をする、いわゆる「孤食」が増えているそうです。孤食の子どもの多くは、食習慣を学ぶ機会に恵まれず、「食」に対する意識が低いま育つため、将来、肥満や過度の痩身、生活習慣病などの問題を抱える可能性が高いと懸念されています。

子どもが孤食となる理由はさまざまです。家事に忙しくて、ついつい

子どもだけで食事を取らせてしまう家庭もあれば、核家族化した夫婦共働きの家庭で、やむを得ず孤食になる場合も多いことでしょう。家事や仕事に励むうちに、ともしると失いがちな食卓での時間は、後から取り戻すことはできません。日本は、仕事と生活のバランスを考えて心豊かに暮らせるような社会へと変化しつつありますが、今しばらくの間は、おのおのが食卓の姿を守り続けていく努力が必要でしょう。

今年も11月に男女共同参画講座を開催します。詳しくは、本紙と同時に配布の回覧チラシをご覧ください。

ひとりで悩まないで!!

岐阜県男女共同参画プラザ
「電話相談専用ダイヤル」

☎058-278-0858

日曜～木曜

(祝日・年末年始を除く)

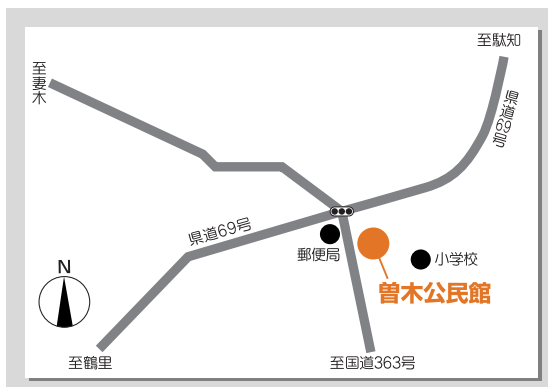
9:00～12:00、13:00～17:00

曾木支所と併設されている曾木公民館では、周辺の豊かな自然を生かした公民館活動を行っています。毎年、秋には「キノコ教室」を開催しています。当日は、曾木小学校の周辺や神社の裏山などを歩きながら、食べることができるキノコや中毒を起こすキノコの特徴や、キノコのおいしい料理方法などを学びます。今年度は10月28日(日)午後1時から開催します。事前の受け付けは行いませんので、曾木公民館に直接お越しください。

また、年間を通じて「乳幼児音楽教室」が開催されています。音楽療法士の指導の下、0歳児から保育園入園前の幼児と保護者が、一緒に歌ったり踊ったりしながら親子の触れ合いを深め、さらには同じ年代の親子同士の交流の場となっています。

曾木町では、町民運動会を保育園と小学校の合同で開催しています。運動会そのものの華やかさや、地域と学校とのつながりがより増えました。曾木町に根差した町ぐるみの公民館活動を展開しています。

◆住所 土岐市曾木町 407-1-1 ☎ 2237



第18回

施設紹介

曾木公民館