



那珂川町になってから、健康づくりのための事業やグループ活動を紹介しています。

今日は、食生活改善推進員の活動について紹介します。

食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、自分の、家族の、地域の健康づくりを目指し、食を通して地域の健康づくり活動を推進しているボランティアです。さらに、「那珂川町食生活改善推進団体連絡協議会」が組織されています。会員数は、七十二人です。

食生活改善推進員は、健康教室や養成講習会に参加した方、健康づくりに関心のある方なら誰でも登録することができます。

食生活改善推進員の活動は、料理講習会を通して、食から

の健康づくりを普及しています。

#### ○親子料理教室

「食べる」ことは、生きるための基本です。子どもころから豊かな「食」の体験を積み重ねていくことは、生涯にわたって健康でいきいきとした生活を送り、「食を営む力」を育てることにつながります。バランスのよい食べ方や、食事のマナーなど適切な食習慣を身につけるため、小中学生を対象に実施しています。



#### ○地産地消料理講習会

私たちが毎日食べるものは、どこで、誰の手によってつくられているのでしょうか？食べ物について考えることは、より健康で豊かな食生活を営むためにも大切なことです。

地元でとれた新鮮な野菜などを使い、料理の普及をしています。



#### ○健康料理講習会

おやつや介護食等、各年代に合わせて、健康的な食生活を実践してもらうため、うす味でおいしく食べられる料理の紹介をしています。

#### ○伝承料理講習会

地域の食文化を伝承するため、古くから伝わる郷土の料理を絶やさないうちに、会員どうしで料理講習会を開催しています。

## 大規模な土地取引をしたときには届け出が必要です

～ 契約日から2週間以内に利用目的等の届け出が必要です ～

○次の要件を満たす土地取引を行った場合には、国土利用計画法に基づき、土地の所在する市町村長を経由して県へ届け出が必要となります。

・取得した土地の面積

市街化区域の場合 2,000㎡以上

市街化調整区域または非線引きの都市計画区域の場合 5,000㎡以上

都市計画区域外の場合 10,000㎡以上

・売買、交換、営業譲渡、譲渡担保、代物弁済などにより土地に関する権利の移転の契約をしたとき

・一時金を伴う地上権・賃借権の設定や譲渡の契約をしたとき

・個々の面積は小さくても、取得する土地の合計が上記の面積以上となる場合は取得するごとに届け出が必要です。

○届け出の手続きは次のとおりです。

・届け出者は土地の権利取得者です。(売買の場合であれば買主)

・届け出期限は、契約日から2週間以内(契約日を含みます。)です。

詳しくは、那珂川町企画財政課地域振興係 (☎0287-92-1114)

または栃木県土地利用対策課 (☎028-623-2557) へお尋ねください。



# 広報文芸

## 俳句

山神に太初の祈り山始め  
初鏡白髪に櫛とほしけり  
暗闇の磴踏みしむや初詣  
魚市場泡ふく蟹の小春かな  
冬うらら童女の問ひの大人ふる  
冬浅し舌もて化粧ふ白猫ぞ

松野 大高 松竹  
馬頭 塚原 廣  
馬頭 藤田 芳輝  
三輪 永森 悦子  
小川 金井 和子  
小川 和泉すみを

## 短歌

棘痛き柵の葉も年輪を重ねてまろしよき老のごと  
日溜りにもの言ふごとく反り返り乾きし落葉風に寄せらるる  
丈高き草に埋もれし休み田を青鷺一羽不意に翔び立つ  
芦枯れて広くなりたる野の平ら中学校のチャイムが透る  
善きことも偶にあるものスーパーの籤にて商品券を戴く  
泣き相撲それ泣けやれ泣けみどりこは漲る命いっばいに泣く

盛泉 岡 イチ工  
大内 薄井 キイ  
和見 小高 歌子  
吉田 塚原 タイ  
三輪 石澤千代子  
小川 佐藤 孝子

## 川柳

流行を追う年頃が懐かしい  
覚えある顔とりあえず会釈する  
父母の出会いがくれた命綱  
家計簿に小言をもらう請求書  
先生が泣くから泣いた卒園児  
保母さんにすぎる園児の笑い声

小川 小泉 重信  
三輪 石澤千代子  
薬利 大崎 克明  
大山田下郷 佐藤 有紀  
谷田 岡崎 甫子  
小砂 笹沼 季子



## 新着図書

那珂川町 図書館



### 『タッチ』

『犯罪から子どもを守る50の方法』  
国崎信江／著（フロンズ新社）  
あなたは、誘拐・性犯罪・ネット犯罪から、わが子を守ることが出来ますか？危機管理対策アドバイザーで二児の母の著者が、自らの子どもを守るために考え、実践してきたことを語る「現代サバイバルマニュアル」。

タニエル・キイス／著（早川書房）

『タッチ』  
不妊に悩む結婚四年目の夫婦バーニーとカレン。バーニーの勤務先で放射能事故が発生し、二人の体に異変が…。しかもこの最悪の時期に、カレンの妊娠が判明。胎児に影響は？突然の災厄に翻弄される夫婦が経験する愛の崩壊と再生の軌跡。



### 『まいごのペンギン』

オリヴァー・ジェファーズ／作

ある日、ドアをあけるとペンギンがいました。いったい、どこからきたんだろう？  
男の子は、まいごのペンギンを助けようと必死にがんばります。ふたりは、南極に向かってボートをこぎだしますが…。



- ◇『図解わかる確定申告』 芥川靖彦／著（新星出版社）
- ◇『追跡！「佐世保小六女児同級生殺害事件」』 草薙厚子／著（講談社）
- ◇『生協の白石さん』 白石昌則／著（講談社）
- ◇『スーパ・オペラ』 阿川佐和子／著（新潮社）
- ◇『悪魔の種子』 内田康夫／著（幻冬舎）
- ◇『まんげつによるに』 木村裕一／作（講談社）
- ◇『まほついろのえのく』 つちだよしはる／作（金の星社）
- ◇『ほけつとくらべ』 今江祥智／文（文研出版）
- ◇『ゆきだるまはよるがすき』 キャラリン・ピーナー／ぶん（評論社）