

# こんにちはは！食推です！

周防大島町食生活改善推進協議会

久賀支部 宮城 恵子

「コロナなんかには負けないぞ！」と活動を再開して、2年目の秋を迎えます。地域の皆さんと食育の勉強・調理実習にと、食を囲んで楽しく活動できていたのが懐かしいです。大変な状況が続きますが、減塩（ちよび塩）忘れていませんか？運動不足になっていませんか？

食推久賀支部の現在の活動を少しお知らせします。

嬉しいことに今年度3人の方が、私たちと一緒に活動したいと研修中です。町食生活改善推進協議会総会および全体研修会は今年度も残念ながら中止になりましたが、6月・7月には支



調理実習の献立



少人数での調理実習の様子

部での研修会（調理実習も班に分かれて少人数で実施）や自己学習と、できることから活動しています。推進員で試作を繰り返しながら減塩献立を作成したり、減塩のおかずをお弁当の形にして皆さんにお配りし、「減塩でもおいしい」を体験してもらったり、今だからこそできることを探索中です。

地域の皆さんと一緒に「今日は楽しかったね」「減塩って大事よね」こんな話ができる日が早く戻って来るように、「私達の健康は私達の手で」を合言葉に地道に活動を続けていきます。

地域おこし協力隊員 柴田 学の

## しましまタイムズ

SHIMASHIMA TIMES

29

政策企画課

☎ 0820 (74) 1007

皆さん、こんにちは。地域おこし協力隊の柴田学です。2018年の夏に周防大島に移住してから、もう3年。8月末をもって協力隊としての任期を終えることとなりました。

私の担当は行政チャンネルであるケーブルテレビ・周防大島チャンネルの番組制作ということもあり、番組を作る上で関わっていたいただいた方々などを通して、大島の暮らしや文化に触れる機会も多く、そこで得た知識や人とのつながりが、今の生活の大きな基礎になっていると感じています。

制作した番組をいくつか振り返ってみると、私自身が子育て真っ最中ということもあり、大島の育児の状況や疑問などを番組にした「しまっこつうしんすくすくおおしま」、現在も猛威を振るう新型コロナウイルスの感染が拡大した昨年春には、人に会わなくても制作可能な番組を…ということで大島の各集落の美しい風景を撮影する「島景色」周防大島の風景を巡る「も開始。また私事ですが、2020年には柑橘農家とし



▲周防大島チャンネルの番組は放送後、YouTubeでも視聴可能です

て就農もいたしました。その縁もあり、今年の5月からは大島の特産品である、みかんの栽培を柑きつ振興センターさんのご協力のもと毎月お伝えする「周防大島みかん塾」も担当させていただいています。その他にも多くの番組に、この3年間で関わらせていただきましたが、どの番組も周防大島でなければ作れないものでした。

大島に移住した2018年秋の大島大橋への貨物船衝突事故に始まり、コロナ禍と、個人的にも世の中全体としても大きな変化の時期を、なんとか無事に乗り越えてこられたのは、ここ周防大島でたくさんの方々のおかげです。ありがとうございます。ちなみに今後も周防大島チャンネルの番組作りには携わらせていただく予定です。周防大島ならではの番組をぜひお楽しみください。

【P8ちよび塩クイズ答え：②①④③】

(1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ)