

パページ

市内で活動中のクラブ、サー
を募集しています。
課まで。

今月からシルキーチャンネルが、
開局します。マスコットキャラクタ
ーのまゆちゃん共々、これからよろ
しくお願いします。

◎前回の答え（10／1）と当選者

問1－①トイレットペーパーの芯

問2－①15 問3－②メタボリック

正解総数22通（応募総数22通）の中から抽選で、N・
Sさん（長地出早2）、T・Mさん（川岸東4）、K・T
さん（長地権現町2）、H・Tさん（本町3）、M・Mさ
ん（長地小萩1）にロマネット入浴券をお送りします。



問1 バリアフリー改修や耐震改修の住
宅改修では、〇〇税が減額処置さ
れることがあります。

- ①国民保健税
- ②市県民税
- ③固定資産税

問2 11月10日にJ A信州諏訪田中線営
農センターで行なわれるのは？

- ①岡谷市収穫祭
- ②市民音楽祭
- ③市民舞踊祭

問3 シルキーチャンネルは何チャン
ネルでみられるでしょうか？

- ①13 ②14 ③15

ヒント…記事を読むと…。

◆広報クイズ応募方法

はがきに、答えの番号、住所、氏名、年齢、電話番号、ひと言
を書き、広報クイズ係《〒394-8510 岡谷市役所（住所不要）》
までお送りください。抽選で5名の方にロマネット入浴券をお送
りします。11月20日の消印まで有効。（ひと言は「15日号み
んなの声」に掲載させていただく場合があります）

市民しポーター だより

稲田恵美子さんの
おじいちゃん先生レポート

みんな大好き
おじいちゃん先生！



おじいちゃん先生 白砂 洋二さん
しらすな ようじ



市民レポーター 稲田 恵美子さん
いなだ えみこ

平成17年度から保育園児の情操教育や安全確保を目的に始まった、市の「保育補助員設置
事業」。現在では、9か所の保育園に1名ずつ「おじいちゃん先生」がいます。その中から、
発足当時から「おじいちゃん先生」している白砂洋二さんにお話を聞きました。白砂洋二さ
んは神明保育園で火曜・木曜の午前中、一週間に一クラスずつまわって子ども達と遊びます
が、他のクラスの園児から「こつちも来て」といわれるほどの人気ぶり。「できるだけ園児達
の中に入ってふれあい、一緒になって遊ぶよう心がけています」と白砂さん。当初は引き受
けたものの、保育士の経験がなかったことから、戸惑うことも多かったそうです。でも、今
ではみんなと仲良し。元気な子ども達の相手に疲れてしまうこともありますが、「子ども達と
接していると若々しくいられるし、楽しい」と明るく語ってくださいました。

そんな「おじいちゃん先生」も、他の日は趣味の
カメラを手に県内のあちこちへ足をのびします。
若い頃は（今でも充分若々しいですが）山に登って
いたとのこと。地図を見ながら、どこへ行くかと
楽しみに計画してらっしゃいますが、その元氣は子
ども達からもらっているのだそうです。

発足当初から携わってきた白砂さんも、今年で3
年目。「自分を使ってもらえて嬉しい。これからも
続けていきたい」と。

遠足や入園式・卒園式などの行事も一緒に参加し
ながら、「おじいちゃん先生」と子ども達のふれあ
いは、これからも楽しく続いていきます。





大切な情報を迅速、 正確にお伝えします

やま おか まさ かず
山岡 正和 さん
(湖畔4)

- 諏訪市のLCV株式会社に
お勤めの山岡正和さん。
- Q 職業は？
LCV株式会社に編成運行
課に勤務しています。放送
が問題なくきちんと流れて
いるか監視する仕事をして
います。
- Q お仕事を決めたいきっかけは？
中学生の時から「マスコミ
関係の仕事がしたい」とい
う夢を持っていたのでLC
Vに就職しました。
- Q 大変な事、苦労する点、気
をつけているところは何で
すか？
一歩間違えば放送事故にな
るので、休みの日でも、常
に気を張っていないといけ
ないところです。
- Q 休日は何をして過ごします
か？
ボウリングやドライブをし
ていますが、エースドッチ
ボールのチームを作って活
動しています。
- Q 今年のあなたの目標は？
まずは仕事に慣れたいです。
そして自分が興味を持って
いるカメラについてもっと
勉強したいです。
- Q これからの岡谷に望むこと
は？
少子化が進んできています
が、もっと子どもを産みや
すい育てやすい環境にして、
活力あるまちにしてほしい
と思います。
- Q 若者へ一言
LCVを覗いて、地元のこと
をもっと知ってください。

肥満王国のニュージーランド

ニュージーランド、アメリカ、イギリスなどの国で深刻化している問題は、やはり肥満者の増加です。現在、ニュージーランド人3人に1人が太り過ぎで、5人に1人が肥満だと言われています。この肥満傾向はアメリカの32%、イギリスの23%、カナダとオーストラリアの22%を下回りますが、気軽に無視できない社会問題となっています。

特に深刻になっているのは、子どもの肥満率です。2002年に全国の5歳から14歳までの子ども3000人以上を対象に行った栄養状態の調査の結果、98%に「肥満」、21.3%に「やや肥満」の傾向が見られました。特に太平洋諸島系では肥満が28%、やや肥満が33%と最も高率で、先住民のマオリがそれに続きます。脂肪の摂取源となっている主な食物は、ジャガイモやクマラ（さつまいも）などの芋類で、飽和脂肪は牛乳からの摂取が多いです。小児肥満はそのまま成人の肥満につながりやすく、生活習慣病のリスクが高まることから、より健康的なライフスタイルへの移行が求められています。

ニュージーランドでは肥満問題を対処するためには、去年政府が肥満対策キャンペーン「Mission On」を発表しました。このキャンペーンは、学校や保育園、幼稚園で栄養を改善すること、学校、インターネット、テレビを通して健康に良い食べ物を選んでもらうこと、テレビやパソコンの使用時間を減らすこと、運動を増やすことなどの様々なことを目指しているものです。

多くの学校が、売店や食堂で販売する食べ物や飲み物をより健康的なものへ切り替え、自動販売機の撤収やチョコレート、ソフトドリンク販売の制限などの各種の取り組みをしてきました。同様に運動やスポーツができる機会を増やしている学校も多いです。

しかし、子どもの肥満問題は学校だけで解決できるものではありません。子どもの親をはじめとして、食品会社、広告業界、社会全体が考えなければならない深刻な問題です。

日本人のライフスタイルは、この50年で大きく変化してきて、欧米型の食生活と運動不足のせいで、肥満や生活習慣病などの健康問題も深刻化しています。ニュージーランドやアメリカほど深刻にならないように、日ごろからの食生活や運動量を意識するのは、大切です。

Kia ora!!



国際交流員の
セーラ・アキレス です

No.36