

8

2026
Aug



KAN

No. 245



TAKE



食で育む
からだところ



食で育む からだところ

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、よりよい食習慣・健康づくりを推進する『食生活改善推進員（ヘルスメイト）』のみなさん。今回は、3つの拠点の支部長が集まる調理実習にお邪魔し、入会のきっかけや日々の活動、地域の健康づくりの担い手としての思いを語っていただきました。





自己流から一歩進んだ、 食を学ぶ楽しさ



神崎市食生活改善推進協議会 会長
脊振支部 支部長
いけだ ようこ
池田 洋子さん

「料理のレパートリーが増えたらいいな」と、軽い気持ちで養成講座を受けました。もともと、食の大切さは意識していましたが、研修や調理実習で学ぶうちに、栄養バランスや塩分の取り過ぎについて改めて気付かされました。調味料の使い方など、自己流とは違う発見があって面白く、好き嫌いの多い家族にも、工夫しながら食べてもらえるよう試行錯誤する毎日です。

活動の中心は、研修会で学んだ知識や料理を地

域に持ち帰って伝えることです。栄養バランスと減塩にこだわった家庭料理を食べながら健康の講話をしたり、血圧や野菜の摂取量を測定したり。少しでも地域のみなさんの健康づくりのお役に立てればという思いで活動しています。支部間での情報交換も楽しみのひとつです。メンバーはシニア世代が中心なので、若い世代にもぜひ参加してもらえたらうれしいですね。



食生活改善推進協議会とは

全国組織のボランティア団体で、会員は「食改さん^{しよつかい}」の愛称で親しまれています。神崎市では、神崎・千代田・脊振の3支部に分かれ、料理教室や地域イベントへの参加など、幅広い活動を展開。食を通じた健康づくりに必要な知識を学ぶ「ヘルスメイト養成教室」を修了した方なら、どなたでも加入できます。



各回のテーマに合わせて料理をしたり、講話やワークショップを行っています。



好きな料理を力に、 地域の健康を支える



神埼支部 支部長
まつお ちえこ
松尾 千恵子さん



公民館でだご汁を振る舞っていた『食改さん』に声をかけていただいたことが、入会のきっかけです。栄養士の経験があり、料理好きの私にとって、食を通じて地域の健康を支える活動はぴったりだと思いました。

特に力を入れているのが、子どもたちへの食育です。出前講座では、昆布、しいたけ、かつおぶしのだしを飲んでもらって「これは何のだし？」と当ててもらうなど、楽しみながら食について学べ

るよう工夫しています。地区の巡回料理教室は、みなさんが楽しみに待っていてくださることが、何よりの励み。バランスよく食べていつまでも足腰が強くいられるよう、丁寧に伝えています。

また食改では、親子向け・男性向けの料理教室など、年間を通じてさまざまな活動を行っています。食習慣の改善や食育を地域に広めながら、皆さんと一緒に笑顔になれる場をつくり続けていきたいです。



こんな活動も しています！



だしとりマスター養成塾

だしの良さと和食文化の継承を目的に、市内の保育園・認定こども園で「だしとりマスター養成塾」を開催。かつお節削り体験やだしの飲み比べなどを通して食育を推進しています。



防災研修

災害時の給食支援体制の構築を目指し、令和7年度から3か年計画で防災研修を実施しています。災害への備えや被災地支援、炊き出しに必要な知識と技術の習得に取り組みます。



これまでの活動で 深まった、食への想い



千代田支部 支部長
しま えいこ
島 栄子さん

入会前は料理教室のような場所だと思っていたんです。でも実際に参加してみると、食と健康について深く学べる場で、日々の「食べること」への見方がガラッと変わりました。

活動を通じて感じるの、食育はひとつの世代だけのものではないということ。高齢者には食生活を見直すきっかけに、子どもには健康な食のベースづくりに。どの世代にとっても意味がある

と、回を重ねるごとに感じています。

協議会の調理実習では、毎回新しい発見があって楽しいです。時間をかけずにおいしく作る工夫も身につけて、家庭で作る料理の幅も広がりました。料理教室に初めて参加した方が「楽しかった」と言ってくれ、とてもうれしいです。料理がマンネリ化してきたな、と感じたらぜひ参加してください。きっと新しい発見がありますよ。

地区巡回料理教室

バランスの良い食事や減塩への理解を深め、生活習慣病の予防につなげるため、健康講話や血圧測定、食事の提供を実施しています。令和7年度は約110人が参加しました。



野菜100gレシピ集

1品で100g以上の野菜が摂れるレシピを市HPに掲載しています。
ぜひご活用ください！



食改さん 大募集

興味のある方は
ぜひご連絡ください！

健康長寿課
健康増進係
☎51-1234



人とつながり、 まちを支える。 市役所の仕事

神崎市役所では、さまざまな経験や経歴を持つ職員が、それぞれの強みを生かして活躍しています。今回は、2人の職員に入庁のきっかけや、日々の業務で感じるやりがいについて話を聞きました。市民の暮らしを支える仕事の幅広さや、神崎市役所で働く魅力を紹介します。

障がい者支援室 あらき 荒木さん

入庁2年目

前職では山口県の病院でソーシャルワーカーとして、患者さんの退院支援などを行っていました。市役所へ書類提出に行く機会も多く「書類を受け取る側はどんな仕事をしているのだろう」と興味を持ったことが、入庁のきっかけです。現在は障がい者支援室で、障害者手帳の申請や医療費助成の相談対応などを行っています。相談者に選択肢を提案し、その方自身が納得できる方法を選ぶよう支えることも大切な役割です。後日、「うまくいきました！」と笑顔で報告に来ていただけることもあり、大きなやりがいがあります。神崎はとにかく人が温かく、職場でも周囲が優しく声をかけてくれるので、毎日楽しく仕事ができます。



総務課 ふじわら 藤原さん

入庁3年目

人のために働く公務員という仕事に魅力を感じ、市役所職員を志しました。入庁後は財政課を経て、自ら希望して広報担当へ。現在は市報や市公式SNSで情報を発信しています。

取材で地域の方の想いに触れ、部署を超えて協力しながら一つの記事を形にできることが、この仕事の面白さです。先日は消防団特集をきっかけに、10代の方から入団希望の連絡があり、自分の仕事が地域の力になる喜びを実感しました。

神崎市役所は、人とのつながりを感じながら、みんなでまちを盛り上げられる職場です。これからも神崎の魅力や頑張る人の姿を届けていきたいです。



令和8年度 第2回神崎市職員採用試験

問い合わせ 総務課 人事・研修係 ☎37-0100

試験区分及び採用予定人数等

試験区分	採用予定人数	受験資格(抜粋)	求める能力等
一般事務	5名程度	- 平成4年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた人 - 採用後に、神崎市内に居住することができる人	- 神崎市のために働きたいという熱意 「企画力・実行力」、「柔軟な発想力」、「コミュニケーション能力」、「行動力」 - 事務遂行能力 - 専門分野を必要とする区分(土木)はその専門知識
一般事務(土木)	2名程度	- 昭和62年4月2日以降に生まれた人 - 土木に関する資格を有する人 - 公共土木工事関連の一定の実務経験を有する人	
一般事務(障がい者)	若干名	- 平成4年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた人 - 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを有する人など	

※詳しくは市ホームページ内の試験案内で必ず確認してください。

採用予定日 令和9年1月1日または令和9年4月1日

試験日・試験内容・試験場所

【第一次試験】 職務基礎力試験(能力試験+適応性検査): テストセンター方式
※公務員試験のための特別な対策、勉強は必要ありません。

【第二次試験(第一次試験合格者のみ)】
9月26日(土)または9月27日(日)
作文・面接試験等(場所: 神崎市役所)

受験申込期限 8月17日(月)17時まで

受験申込受付方法

市ホームページ内の申込専用サイトから受付(インターネット受付のみ)

受付はこちら

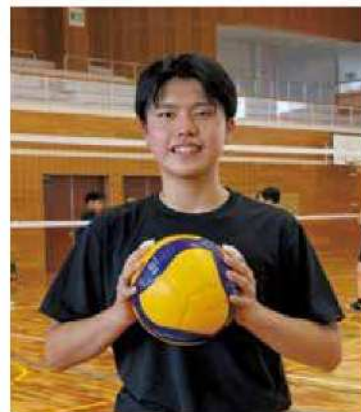


令和8年度厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業 受講生募集中 受講料無料	刈払機安全講習 講習会場: キャタピラー九州株式会社 佐賀教習センター(佐賀市) 実施時期: 令和8年9月29日(火) 締切日: 9月17日(木)	放課後児童 クラブ補助講習 講習会場: 高齢者ふれあい会館「りふれ」 実施時期: 令和8年10月6日(火)～ 10月7日(水)(2日間) 締切日: 9月24日(木)
申込み お問合せ先 公益社団法人 佐賀県シルバー人材センター連合会 TEL 0952-20-2011 または、お近くのシルバー人材センターへ	連合会HPへ 対象者 佐賀県内在住の60歳以上で、 受講後シルバー人材センター に入会を希望する方	「受講申込書」の 提出が必要です ・日程、会場は変更に なる場合があります 定員 10名

神崎のまちで、
きらりと輝く活躍をされている
方達を紹介します。

選手も審判も、どちらも本気で。

―県初！中学生のC級審判員に―



神崎中学校3年生
バレーボール部
佐保 鳳志郎 さん

神崎中学校バレーボール部でセッターとして活躍する佐保鳳志郎さん。小学2年生のとき、父・浩介さんの影響で脊振のクラブチームに入り、以来7年以上競技に打ち込んできました。「トスで相手のブロックを翻弄したり、仲間との連携プレーがうまく決まったときが一番楽しい」と語る、頭脳派プレーヤーです。

そんな重みを知ったからこそ、笛を持ってコートに立つときは、集中力を切らさないよう心がけているといいます。

「いつか春高バレーの舞台でも笛を吹いてみたい」と目を輝かせる佐保さん。「何かスポーツをやっている人は、ぜひ審判資格に挑戦して、支える側の面白さも味わってほしい」と、エールを送ってくれました。

ラインジャッジの姿でした。「誰も気がついていないラインの踏み越えを見極めてジャッジする姿がめちゃくちゃカッコよくて」その一場面が、審判資格への挑戦を決意させました。B級資格を持つ父のアドバイスを受けながら、昼休みも惜しんで勉強する日々。細かい反則規定まで徹底的に頭に叩き込み、昨年10月、県内の中学生として初めて全日本バレーボール協会公認のC級審判員資格を取得しました。資格を取ってから、試合への向き合い方も変わりました。「以前は、審判の判断に感情が荒ぶることもありましたが、今は難しさがわかるので、冷静になりましたね」一つの判定が試合の流れをガラッと変えることもある。



市長コラム

地道な挑戦

私は、いつも「地道な挑戦」を意識しています。その挑戦が、更なる成長、発展に繋がると考えているからです。

去る7月18日、水の郷再生市民会議主催の「馬場川親水公園清掃活動」に参加しました。この活動は、平成7年3月に旧建設省から旧神埼町が「水の郷」として認定されたことを踏まえ、いまだ一度、水の郷の再生に取り組もうと始まったもので、今年で6回目になります。

今回、私は胴長を着用し、馬場川に入って水草を除去することに挑戦しました。もちろん、皆さんの足手まといにならないように気を付けながら、除草作業を通して、「繁茂している水草が外来種であること」、「水草の除去により水が流れ出し、悪臭が無くなり、水辺環境が改善されたこと」、そして何より「多くの方が馬場川の水辺環境を心配しておられたこと」などを知らることができ、とても達成感があり、これからも馬場川の水辺環境改善に努めていきたいという気持ちが強くなりました。

また、7月14日、在京都フランス総領事館主催のイベントに初めて参加しました。目的は「赤い翼プロジェクト」の紹介を通して、脊振の方々がアンドレ・ジャピエ



神崎市長
実松 尊徳

さんを救助した人道的行動を伝えるためです。会場内を話をしながら回ってみると、予想に反して「知っている！」という方が多くいらっしゃったことに大変驚きました。昨年、大阪万博の会場で話をさせていただいたことが、少なからずそうした反応に繋がったようです。「赤い翼プロジェクト」の普及啓発は時間がかかると思いますが、これからも脊振の方々の人道的行動を、あわせて神崎市の魅力を広めてまいります。

地道な挑戦は直ぐに結果に表れるものではないかもしれませんが、これからも、神崎市の発展に繋がることを信じて、職員と一緒に地道な挑戦を繰り返してまいります。

市長交際費の公表

令和8年6月分

項目	件数	支出額(円)
弔慰	0	0
御祝	0	0
激励	0	0
会費	0	0
見舞い	0	0
その他	2	12,963
計	2	12,963