

食生活の改善で
地域の健康を守る





市長表敬訪問時の写真
(右は松尾伊津子現会長)

高城地区を拠点に食生活改善推進員として長年活動している別所ツギ子さんが、栄養関係功労者厚生労働大臣表彰を受賞しました。

同表彰は、栄養改善や食生活改善事業の普及向上などに功労があった人や他の模範となる地区組織に贈られるものです。食生活改善推進員として20年以上活動する別所さんは、県から表彰を受けたこともあり、同表彰に市から推薦されました。「自分が推薦してもらえたことに、まず驚いた。その上、表彰されるとは夢

smiling faces of miyakonojo

人の風景

にも思っていなかったので二重に驚いたが、とてもうれしかった」と笑顔で振り返ります。

食生活改善推進員とは、幅広い年代を対象に、郷土料理の伝承や生活習慣病予防、低栄養予防など、時代に合わせ地域に根差した食育活動をボランティアで行う人のことです。

別所さんは、地区の人たちの健康づくりの手伝いができたという思いで、平成10年から活動を始め、20年以上活動を続けています。平成16年には、高城町食生活改善推進員会長に就任。その後、市の会長や県の副会長などを歴任しました。その他にも、高城地区文化祭において食に関する展示で啓発したり、高齢者いきいきサロンでの食事の提供や、小・中学校での郷土料理講習を行ったりなど、精力的に地区のために活動しました。

また、別所さんは、高城地区で特色ある活動の一つ、「都城さくらマラソン」でのぜんざいの振る舞いにも参加しています。「ランナーから喜ばれ、感謝されるだけでなく、県外の人と交流できることもあり、とても楽しい」と目を細めます。

身に余る賞をもらえたと受賞を喜ぶ別所さんは「受賞できたのは、一

緒に活動している人たちの協力があったから」と周りへの感謝を忘れません。「長年の活動を通して、市民だけでなく多くの人と触れ合うことで、学ぶことが多かった」と話す別所さん。「やりがいのあるこの活動に、若い人たちが積極的に参加してくれるとうれしい。そのためにもがんばりたい」と気持ちを新たにしています。

栄養関係功労者
厚生労働大臣表彰受賞

べっしょ
別所 ツギ子さん

(高城町大井手)

