

## 食育だより⑤0

安心安全な芦別の農作物を  
守るためのさまざまな取り組み

農 政 係

種類が豊富な芦別の農作物

皆さんは、「芦別の農作物は何ですか」と聞かれたら、何を思い浮かべますか。

多くの方は、「お米」と答えるのではないのでしょうか。他にも、「メロン」や「ジャガイモ」を思い浮かべる方もいるかもしれません。

温暖で災害が少なく、空知川やその支流からなる水利が保たれている芦別では、さまざまな農作物が生産されています。

もち米、ユリ根、トウモロコシ、カボチャ、トマト、ズッキーニ、パプリカ、そば、小麦、サクランボ、ブルーベリーなど。これらのほかにも多くの種類の農作物が商品として出荷されていることは、農家の努力の成果だと思います。

現在は、農業を紹介するテレビ番組が多くなっていますので、ご存じの方も多いと思います。が、作付後は収穫するまで待つ



ているわけではなく、周辺の草刈りや適正な農薬の散布、動物による食害対策など、作物の管理以外にもたくさんさんの作業が必要になります。

野生動物による食害対策や害虫予防のための取り組み

動物による食害に関する取り組みとしては、電気柵の設置などが挙げられます。皆さんも道路周辺の農地などで見たことがあると思いますが、シカなどの動物が農地に入ってこないよう

に設置しています。近年被害が多いのはアライグマによるもので、箱わなを設置するなどの対応を取っていますが、なかなか減らないのが現状です。

また、害虫被害にも神経をとがらせなければなりません。近年、ジャガイモに寄生するシストセンチュウという害虫の被害が広がっています。

今のところ芦別市で被害はありませんが、発生した場合には多大な損害が予想されることから、さまざまな予防策がとられています。

中でも、被害発生の要因の一つとして挙げられるのが人為的なものであるため、今年からは、農場周辺の5か所に一般の方が立ち入らないよう警告看板を設置しています。写真。。

なお、このような場所に限らず、農地には一般の方が立ち入らないようご協力願います。

食の安心安全と言われるようになってから久しいですが、私たちの食卓に上がる食材の一つひとつに、このような努力の積み重ねがあることを知っていただき、更に食への興味を持ってもらえたらうれしいですね。



## 今月の一品

### エビ入り卵焼き



1人分のカロリー 【131Kcal】

提供：保健福祉施設すばる

卵には必須アミノ酸がバランスよく含まれ、エビにはアミノ酸の一種であるタウリンが含まれていますので、疲労の回復を促し、免疫力を高める働きがあります。

▶材料 4人分.....  
・卵（MSサイズ）4個・むきエビ80g・ニンジン20g・長ネギ20g・干しいたけ4g・料理酒小さじ1・しいたけの戻し汁40cc・砂糖大さじ1・しょうゆ大さじ1/2・塩小さじ1/5・風味調味料少々・油小

じ2

▶作り方.....

- ①エビは背ワタを取り除いて、料理酒をふりかける。
- ②干しいたけは水で戻して千切りにする。
- ③ニンジンは千切り、長ネギは小口切りにする。
- ④ボールに卵を割り入れ、しいたけの戻し汁と砂糖、しょうゆ、塩、風味調味料を加えて混ぜ、①と②、③を入れる。
- ⑤フライパンに油を熱して④を入れ、ふたをして両面を焼き、食べやすい大きさに切る。

## お詫びと訂正

広報あしべつ7月号「健康のひろば 診察」のコーナーにおいて、「野口医院」とあるのは、「野口病院」の誤りでした。お詫びして訂正します。

# 健康のひろば

すこやか子育て

## 健康診査・相談・歯科



| 種類          | 期日(受付時間)                                      | 対象、その他                 |
|-------------|---|------------------------|
| 3・4か月児健康診査  | 8月25日(木)<br>13:00~13:10                       | 平成28年4月~5月生まれの乳児       |
| 7・8か月児健康相談  | 8月25日(木)<br>9:30~9:40                         | 平成27年12月~平成28年1月生まれの乳児 |
| 歯科相談        | 8月3日(水)<br>8月18日(木)<br>9月8日(木)<br>10:00~15:00 | 生後12か月の乳幼児             |
| フッ素塗布(虫歯予防) | 8月3日(水)<br>8月18日(木)<br>9月8日(木)<br>9:30~15:30  | 1歳6か月~小学校入学前の幼児        |
| 育児相談室       | 8月3日(水)<br>8月18日(木)<br>9月8日(木)<br>9:30~15:30  | 身体測定、子育て全般についての相談(予約制) |

○場所 保健センター

## プレママクラス

|     | テーマ          | 日程       | 会場      |
|-----|--------------|----------|---------|
| 第1課 | きらきらマタニティライフ | 8月31日(水) | 保健センター  |
| 第2課 | わくわくプレママ体験   | 9月13日(火) | 子どもセンター |

○出産予定 12月~3月の方 ○開催時間 午前10時~正午 ○その他 事前に予約をお願いします

●申し込み・詳細 健康推進係

## 集団予防接種

| 種類    | 期日      | 場所(受付時間)            |
|-------|---------|---------------------|
| B C G | 9月1日(木) | 保健センター(13:00~13:10) |

○対象者 生後3か月以上1歳未満の乳児

○標準接種期間 生後5か月以上8か月未満

●申し込み 健康推進係

## ひきこもり家族交流会のご案内

○日時 9月9日(金)午後1時30分~3時30分

○場所 滝川市まちづくりセンターみんくる

○対象者 ひきこもっている子どもや兄弟姉妹がいて心配、同じ境遇の家族と話したいと思っている方など、ぜひご参加ください。

○費用 100円(見学1回は無料)

○その他 初めての参加を希望される方は、事前にお申し込みください。匿名参加も可能で秘密は厳守します

●申し込み・詳細 滝川保健所 ☎0125-24-6201

## こころの健康相談

○日時 8月18日(木)、9月8日(木)午後2時~4時30分

○場所 滝川保健所

○内容 ①眠れない②気分が落ち込んでいる③うつ病やひきこもり④思春期に関すること⑤ギャンブルやアルコール⑥高次脳機能障がいなど

○費用 無料

○その他 事前予約制のため、相談日前日の午後4時までに予約してください。プライバシーの保護、秘密は厳守します。

●申し込み・詳細 滝川保健所 ☎0125-24-6201

## 子育てサロンに遊びにきませんか

子どもと親と地域の方が集まって楽しい交流をしましょう。異年代との楽しい情報交換の場です。

|     |                          |
|-----|--------------------------|
| 対象  | 0歳~就学前のお子さんと保護者          |
| 日時  | 8月26日(金)午前10時~11時30分     |
| 場所  | 道営住宅芦別ふれあいステーション1階(芦別駅前) |
| 内容  | フルーツ白玉をつくって食べよう          |
| 持ち物 | 飲み物                      |
| 費用  | 無料                       |



## 赤ちゃん教室「ピヨピヨひろば」

赤ちゃんの育ちについて、詳しいお話を聞きながら、母親同士の交流や情報交換の場です。教室は保健師(成長と予防注射など)・警察(事故とシートベルトなど)・図書館司書(絵本の紹介と読み聞かせなど)・栄養士(離乳食と試食など)・保育士(遊びとおもちゃなど)の5回コースです。

|    |   |
|----|---|
| 対象 | 生後1~6か月のお子さんと保護者                          |
| 日時 | 8月16日・23日・30日・9月6日・13日(全て火曜日)午前10時~11時30分 |
| 場所 | 子どもセンターつばさ2階一時保育室                         |
| 定員 | 15組(定員になり次第締め切ります)                        |



## わんぱくデー

のびのび身体を動かして、元気に遊びましょう。

|     |                                  |
|-----|----------------------------------|
| 日時  | 8月18日(木)午前11時~11時40分<br>※月1回行います |
| 場所  | 児童センター体育館                        |
| 対象  | 1歳~就学前のお子さんと保護者                  |
| 持ち物 | 飲み物                              |

●申し込み・詳細 子育て支援センター係 ☎24-2778

## 「親と子のよい歯のコンクール」 北海道大会で優秀賞受賞

7月9日(土)、平成28年度「親と子のよい歯のコンクール」北海道大会が札幌市で開催され、芦別市から参加した三谷太一さん・瑠くん親子が優秀賞を受賞しました。



このコンクールは、北海道と歯科医師会が健康で良い歯の親子を表彰するもので、前年度の3歳児歯科健康診査を受けた親子が対象です。

市から、応募があった6組を推薦し、歯科健診などの審査の結果、三谷さん親子が最終審査会参加者6組に選出されました。当日は、親子で虫歯や歯並びなどの審査を受け、最優秀賞に次ぐ優秀賞を受賞しました。道内2位にあたる賞に選ばれ、「健康な歯を維持してきた結果、親子の良い思い出を一つ増やすことができました」と喜んでいました。

現在、北海道では生涯歯の健康を維持する「8020(ハチマルニイマル)運動」を推進しており、市でも乳歯の時から歯や口の健康づくりを目標としています。今後も、親子で取り組む8020に向けた歯の健康づくりを応援しています。