

ハーモニー

第 37 号

発行日 平成24年11月16日
財団法人 秋田県民間社会事業福利協会
秋田市旭北栄町1番5号 ☎(018)864-2703
編集発行人 三 浦 憲 一

みんなでおくと
おいしいね



昼食を子ども達と一緒に食べる岡本由美子さん

10月初旬、由利本荘市にある石脇福祉会が運営する石脇東保育園を訪問しました。同法人は他にも4か所の保育園を運営しており、石脇東保育園が一番歴史のある園です。

現在、保育園には0歳から5歳まで151人の園児が通園しています。そして、月曜から土曜日まで月1回のお弁当持参日以外は5人の職員で完全給食を提供しています。栄養士も調理師も献立作成、

仕入れから調理、給食だよりの発行など同じ仕事に携わります。

今回は調理師の岡本由美子さんと栄養士の今野華奈子さんからお話を伺いました。

主な内容 Contents

施設・会員紹介	1～2
講習会受講者の声他	3
会員コラム 野球同好会紹介	4
社協マン紹介	5

健康アドバイス他	5
福利厚生センター事業紹介他	6
会の現況・公益法人制度改革	7
栄養士さんのおすすめ料理	8
プレゼントクイズ	8

おじゃまします。福利協会です。

喜んで食べて、大きく健やかに



安全、安心な給食を

岡本さんは、愛知県の調理師専門学校卒業後、同法人に就職しました。石脇東保育園は4カ所目の勤務先で5年目となります。

毎日、離乳食から幼児食まで3種類を調理します。さらに離乳食は月齢に応じて区分されており、それぞれ調理をしますが、各家庭で使用した食材を確認してから作ることが大事な点だと話します。

調理で一番気を遣うことはもちろん衛生管理で、安心・安全な給食の提供であると話します。食材では生野菜も使用しますが、酸性水で洗浄します。また、除去食の調理では、包丁などから他の食材が混じらないよう細心の注意を払います。

岡本さん



食事はおいしく、楽しく

園では、栄養士と調理師もホールで子供たちと一緒に食事をします。子供達との会話の中から子供たちの反応や食材の好みなども把握できます。また給食はただお腹を満たすだけでなく、食事のおいしさや喜びを感じると同時に食事習慣を学ぶ場でもあり、箸の持ち方や食べ方なども教えます。そして給食にはたくさんの人の手がかかっていることも話し感謝する気持ちを持ってほしいと話します。

また園ではお迎えの保護者にも給食に関心を持ってもらうよう、その日調理したものを展示しています。

時にはお迎えにきたお母さんから献立のレシピを要望されることもあります。

育てて収穫する喜びも

広い園庭で子供たちがトマトなどの野菜を植え、水かけなどをして大事に育てます。その後収穫した野菜を使いカレーライスやピザトーストなどみんなで作って食べます。育てる喜び、収穫して作って食べる喜びという大切な体験もしています。

3人の子育てをしながら仕事を続けてきた岡本さんは、今頑張っているお母さんたちに「忙しくても母の手を加えた食事、母の味を食べさせてほしい」とアドバイスをしてくれました。楽しく食事をして、大きく健やかに育ててほしいと願っているからです。

子供が喜ぶ献立を

今野さんは、千葉県の短大を卒業後、同県の保育園で2年程勤務しました。その後帰郷し同法人の内越保育園に就職し、現在の石脇東保育園で4年目となります。

献立は岡本さんと二人で作成しますが、お誕生会や行事食は保育士の意見も取り入れて決めます。また給食だよりに掲載する月ごとの目標に沿った内容にします。さらに季節感を大事に旬のものや地元産を使用した郷土食も取り入れます。必要な栄養量だけでなく出来上がりをイメージして食欲をそそるように色合いも考えます。何よりも子供が喜んで食べてくれる献立を心掛けていると話します。

代替食材も吟味して

園には軽度から重度まで食物アレルギーを持つ6人の園児がいます。医師の指示に沿って除去食も調理し

ますが、代替の食材も偏らずに栄養がしっかりとれるように配慮します。また成長と共に治った園児でも、その日の体調により症状が現れることもあるため、毎日保育士に体調の確認をすることも怠りません。



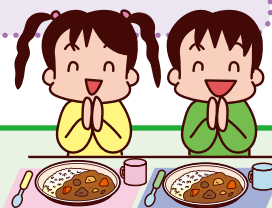
今野さん

愛情を込めて

食べることは、心と体の発達に関係しています。特に乳幼児期は大きく成長する時期で保育園の給食は重要な意味を持ちます。そのためにも法人内5園の栄養士、調理師達が定期的に集まり研修を行います。新メニューの開発や食物アレルギー対策、設備上の情報交換などをします。この情報共有は5園だからできる利点で、職員の資質向上を図る重要な場となっています。

また、今野さん自身も1歳8か月のお子さんを同園に預けており、どの子供も自分の子供のように思い、愛情を込めた給食を今後も提供していきたいと話します。

お二人のお話から、食事は子供が心も体も健やかに成長していく基礎であり、喜んで食べてくれるように1食1食丁寧に調理していることが感じられる訪問でした。



また、今野さんは、現在子育て中でもあり、愛情込めた新メニューの提案をしています。今後もアイデアを出して安全でおいしい給食を提供してほしいです。

石脇福祉会 石脇東保育園 園長 畠山 香子

岡本さんは、アレルギーなど悩みを持つ園児の保護者達に、長い経験で培われた知識を基にアドバイスをして意思疎通を図ります。“食”で保護者と子供たちに元気を与えてくれる頼りになる存在です。



平成24年度、福利協会主催で下記講習会を開催しました。

メンタルヘルス講習会

6月28(木)～29日(金) 秋田キャッスルホテルで36人が受講しました。

ストレス解消で明るい職場に



由利本荘市社会福祉協議会
岩城支所 岩城通所介護事業所
看護師 高橋 真澄

今回、私自身が4月に異動になり新しい職場で同僚達とどう向き合っていけばいいか悩んでいる中、参加させていただきました。

初日は、自らの性格傾向や対人コミュニケーションパターンを把握する「エゴグラム」を行いました。自分の性格を知った上で職場の人間関係改善につながればと思います。2日目には、自分に喜びを与えてくれるものを書き出し、それらを実施することでストレス解消になるなど、特別な方法でなくてもストレスを軽減できることを学びました。今後は、同僚達にも伝達し、明るい職場を目指していきたいと思います。

広報紙講習会

7月30日(月)～31日(火) 秋田県社会福祉会館で32人が受講しました。

相手を考えて作ること



仙北市社会福祉協議会
特別養護老人ホーム
かくののだて桜苑(仙北市)
介護職員 小林 真也

広報作成の基本やその目的を学びました。広報とは簡単に“お知らせ”であると思っていたのですが、その目的は別にある

りました。重要なことは“読者の意識改革である”ということです。情報を押し付ける事ではなく引き込むということ。そのためには伝えたいことよりも読者が知りたいことを考えなくてはなりません。“読者こそが主人公である”ことを認識して記事を作り上げることで、感動を与え意識改革につながる広報に変わります。

今回の受講で得た知識を活かし、今後の広報作りに励みたいと思います。

グルメを楽しむつどい

前期を県内4会場で開催し、134人が参加しました。

楽しく、美味しいひととき

井川町福祉会
障害者支援施設 桐ヶ丘(井川町)
介護職員 小林 恵子

福利協会が開催する「グルメを楽しむつどい」に参加してとても楽しいひとときを過ごしました。

秋田車屋の特製すき焼き鍋をメインにした会席料理をごちそうになりながら、同僚との会話に花が咲きました。また、隣に居合わせた福祉施設の職員とも親睦を深めることができとても有意義な企画だと思っています。



左側が私です。同僚の宮田さんと一緒に。

興味のある方、是非この“つどい”に参加するチャンスを掴んで秋田の食と、料理人が心を込めた技と味を堪能して楽しんでください。

劇団四季「赤毛のアン」に観劇助成しました。

非日常の世界を満喫

榮寿苑福祉会(八郎潟町)
特別養護老人ホーム うたせ苑
理学療法士 伊藤 恵美



親子で、満喫! アンの贈り物

以前からミュージカルなどの舞台に興味がありましたが、鑑賞する機会がありませんでした。今回福利協会の企画で劇団四季「赤毛のアン」に観劇助成していることを知り、私と娘2人とで足を運びました。

座席はS席! ステージがより近くに感じられ、出演者の表情がはっきりと見えてすごい迫力でした。大掛かりなセット、素晴らしい演技は、広い舞台が狭く感じられたほどです。私も子供たちもすっかり引き込まれ、日常を忘れ楽しいひとときを過ごすことができました。また芸術鑑賞の企画があれば是非参加したいと思います。

会員コラム

東 西 南 北

手作りカレンダー、喜ばれています！

男鹿偕生会（男鹿市）
特別養護老人ホーム偕生園

石川 ふみ子

私は、趣味で絵手紙を描きます。2か月に一度絵手紙カレンダーを作成し、それを拡大コピーして入所者の方の全室に貼らせていただいております。また、医務の仕事の合間に誕生日を迎えられた方にも絵手紙一枚をプレゼントします。皆さんに喜んでいただいております。



福利協会事務局に頂いた絵手紙です。

危機管理を忘れずに

中央会
中央保育園(由利本荘市)

熊谷 理子

前号ハーモニーで多くの方達のボランティア活動で、“自分たちのできる支援活動を行っている”ことに感銘を受けました。

私達由利本荘市の保育園でも各種イベントでの募金活動や、職員がバザーを行いその収益金を被災地に届けるなどの活動をしました。

また、この震災を教訓に危機管理の見直しをしています。子供たちの命を守るために、私たちは「判断して避難する」という適切な対応が求められ、責任の重さを痛感しています。



みんな、ありがとう!!

大仙ふくし会
特別養護老人ホーム 峰山荘(大仙市)

深谷 留美子

日頃、“私は恵まれているなあ”と感謝の気持ちを持っています。日々平凡と時間は過ぎていくけれど、仕事があり病気もなく、母や家族も元気でいてくれるこの生活を当たり前のように感じがちですが、それが幸せだとつくづく思います。

これから色々なことがあり、くじけそうになることもあるかもしれませんが、元気に前向きに生きて行こうと思っています。



愛猫モモと一緒に。



法人野球同好会紹介

全国制覇を目指して

秋田県民生協会（北秋田市）
野球同好会

監督 木村久美夫

当法人の野球同好会は、愛生園の設立した昭和40年当初から活動していて、50年代まで地域のおはよう野球にも参加していました。現在は、会費要員も含め50名が同好会員として名を連ねています。

この度、第30回記念全国社会福祉軟式野球大会佐賀大会へ、東北予選を勝ち抜き参加することになりました。この全国大会は、軟式野



精鋭揃いのナインです。中央が私です。

球を通じて社会福祉従事者の健康増進と親睦を図り、社会福祉の推進に寄与することを目的に、昭和58年から続いている歴史ある大会であり、今年度は全国で予選に49チームが登録し、その中から勝ち抜

いた16チームで全国大会を行うものです。

当チームは過去3回全国大会へ出場し、平成22年に全国3位になりましたが、東北ブロックだけが優勝・準優勝のない状況が続いています。

現在、11月5日からの大会を目指し、ナイター設備のあるグラウンドを借りて練習していますが、参加させてくださる法人・職場の皆さんに感謝し、あくまでも全国制覇を目指し頑張りたいと思っています。



全国制覇を目指し、練習にも気合が入ります。

社協マン 紹介

故郷被災地の復興を願いつつ、三種町で奮闘している社協マンを紹介します。

三種町のみんなの



三種町社会福祉協議会
相談支援課相談支援係 主任
コミュニティ
ソーシャルワーカー

浅野友希美

昨年震災後の4月、私は三種町社協にCSW(コミュニティソーシャルワーカー)として勤務し地域に足を運んでいます。担当地域では個別支援や講座の開催など、民生委員・

児童委員やボランティア団体、地域住民の連携のもと住みやすい地域づくりに奮闘しています。

ある自治会では、独自に草刈りや除雪、地区の高齢者の生きがい作りなど社協と自治会が一緒に取り組んでいます。その自治会は震災ボランティアとして被災地支援しており、ボランティア活動の促進も行っています。また、三種町にも震災で避難や転居して生活されている方がおり、その方達の総合相談のみならず、福祉避難訓練や炊き出し等の防災・減災にも取り組んでいます。

東日本大震災から1年8ヵ月が経ちました。私も故郷の宮城県帰省や三陸沿岸方面へ行く度に、被災地が復興へ一歩ずつ近づいていることを実感しています。

会員の皆さんにも東日本大震災のことを忘れないで欲しいと思うと同時に今一度、自分なりに何が出来たのかと思う気持ちになっていただければと思います。私たちが生きている今日は、震災で亡くなられた方の生きたかった明日という、未来の希望を胸に日々を送って欲しいと願っています。

健康アドバイス

「冷えは万病のもと」は常識です。冷え性改善・対策は次のとおりいろいろあります。

- お風呂に入り温まる。
- ウォーキングなどで身体を刺激する。
- 冷え性に効果のある食物を食べる。
- よい睡眠をとる。
- 腹巻など身に着ける。



体、冷えていませんか？

今回の「食べる対策」では生姜がおすすめです。

☆取り方のポイント☆

1. 加熱してとる。
2. 1日10gが目安
3. 朝一番にとる

取り組みやすい簡単な方法をご紹介します。

①生姜白湯

生姜をよく洗い皮付きのまま、薄切りにする。ポットに生姜を5・6枚入れてお湯を150～200mlを注ぐ。そのまま5～10分蒸らして出来上がり。朝起きて空腹時に1杯どうぞ。

②生姜はちみつ

生姜……………40g
はちみつ……………100g

生姜をよく洗い、皮ごと薄切りにして、保存容器にはつまちと一緒に入れ半日以上漬ける。

お湯や牛乳、紅茶に入れて飲む。また、トーストやヨーグルトのソースにも合います。(冷蔵庫で2週間以内に使い切ります。)

他にもお味噌汁やスープにすりおろした生姜を入れると体が温まります。是非お試しください。



福利協会ホームページをご覧になっていますか。

本会ホームページには、事業内容などの他にお知らせ欄、会員コラムを随時更新しています。

●お知らせでは

- ・各講習会募集案内と募集終了のお知らせ
- ・グルメを楽しむつどい参加募集と募集終了のお知らせ
- ・観劇助成のお知らせ
- ・男鹿水族館入館料補助のお知らせ等

●会員コラムでは

会員からのお便りを定期的にご紹介しています。是非本会ホームページにアクセスして情報をご覧ください。

また、各種慶弔給付金の申請用紙、貸付金借受申込書用紙もダウンロードできますのでご活用ください。

<http://www.akita.-fukurikyokai.jp/>



福利厚生センター事業紹介

「ソウェルクラブ “クラブオブ”」が始まりました。

全国の宿泊施設、遊園地・水族館・テーマパーク・映画館・カラオケボックス・日帰り温泉施設などのレジャー施設、レストランなど飲食施設、店頭やネットでのショッピング、カルチャースクール、育児や介護サービスなど幅広い分野のサービスが優待料金で利用できます。対象施設は全国で 75,000 カ所以上あります。



休日を豊かに楽しむ レジャー・日帰り湯

お得な映画割引チケット、全国約700か所の遊園地・水族館、日帰り温泉施設、カラオケボックスなどが最大**75%OFF**



暮らしを彩る グルメ・ライフサポート

グルメ(ホテルでのランチ・ディナー、レストラン、居酒屋、宅配ピザなど)やショッピング、レンタカー、引越、育児・介護サービスなど生活に役立つメニューが最大**50%OFF**



ゆっくり過ごし、くつろぐ リゾート・宿泊

国内外の宿泊施設(リゾートホテル、ビジネスホテル、旅館など)約20,000軒が最大**80%OFF**、1泊2,500円～



リフレッシュ ビューティー&スポーツ

スポーツクラブ、ゴルフ場、テニスコート、フットサルコート、ウォータースポーツ施設が会員優待。
マッサージ、アロマテラピー、岩盤浴、ヨガ、エステ・スパ、タラソ、ネイル、ヘアサロンなどが会員優待価格。

ご利用について

- ソウェルクラブのホームページにログインして会員登録をします。ご希望のサービスを選んでご利用ください。
- 会員本人がいる場合、会員本人を代表者として同行者全てがサービスを利用できます。会員本人が同行できない場合、会員と同居している方(配偶者、2親等)までを代表者として、同行者全てがサービスを利用できます。

◆25年度新規会員募集中!◆

未加入の法人におかれましては、充実した福利厚生のために加入のご検討をお願いいたします。詳しい説明をご希望の場合、福利協会事務局にご連絡願います。

5年刻みで永年勤続記念品を贈呈しています。

皆さんのおかげです。



美郷町社会福祉協議会
総務課長 伊藤 真弓

今年の永年勤続の申請手続きで、思わず「もう25年かあ～」としみじみ。早速、記念品はダイヤモンドと思ったものの、社会人になった息子にちゃんとした「ハンコ」と頭の中をよぎり結局印鑑セットを頂きました。

25年の間色々なことがありましたが、ここまで勤めてきたのも、職場の皆さんから日々支えていただいたお蔭と深く感謝しています。

もう少しがんばって仕事を続けていきたいと思いますが、この頃、置き場所を忘れるなど、年とともにさまざまな症状が出始めています。迷惑をかけないようにしますので、皆さんよろしく願います。

今年初めて ディズニーアカデミー を開催しました。

楽しく学んできました。



講義終了後のパーク内体験も楽しみの一つ

つるまい福祉会 水林新生園
(由利本荘市)

生活支援員 高橋 正子

サービスに定評のあるディズニーで、新人育成のスキル・マインドを学べるということで、参加を楽しみにしていました。

「概要を伝えてから詳細を説明する、行動の理由を併せて伝える」といった方法を用いて相手の理解を促す等、現場でも実践していきたいと思える内容でした。

また、グループ同士で行う指導の演習を通して、トレーニーのことを理解し、その人にあった教え方の重要性を身をもって実感することが出来ました。

講師の方やキャストの皆さんの笑顔がとても印象的で、役に立つばかりではなく、楽しく充実した研修でした。是非、皆さんにも参加をしていただきたいと思います。

注) トレーニー…職業的訓練を受けている人、訓練生を指します。

会の現況

第一種 制度

10月1日現在会員数	10,063人
24年度加入者数	857人
24年度退会者数	547人
(1年未満退会者)	59人)
24年度退職金給付件数・金額	
547件	1,042,774,885円
平均加入年数	9年11ヶ月
平均給付金	1,909,455円

◆入会・退会・異動の届出は、毎月5日必着です。期日厳守をお願いします。

第二種 制度

10月1日現在会員数	1,054人
24年度加入者数	290人
24年度退会者数	53人
(1年未満退会者)	15人)
24年度 退職金給付件数・金額	
53件	6,385,848円

慶弔給付金(10月末現在)

死亡弔慰金	28件	520,000円
会員死亡	5件	250,000円
配偶者死亡	2件	60,000円
被扶養者死亡	21件	210,000円
災害見舞金	2件	52,000円
傷病見舞金	67件	670,000円
結婚祝金	96件	1,920,000円
出産祝金	194件	3,880,000円

◆事実が発生してから2週間以内の提出をお願いします。

◆各申請用紙は、福利協会のホームページからダウンロードできます。

会員貸付金(10月末現在)

44件	45,580,000円
内訳	
50万円以下	20件
60～100万円	6件
110～150万円	2件
160～200万円	16件
法人貸付金(10月末現在)	
1件	3,000,000円

◆車購入資金、教育資金等必要な時にご利用できます。原則として、申込書は毎月末に締め切り、翌月の10日(10日が休日の場合は前日)に法人または事業所の口座に送金します。

◆会員貸付金利率の引き下げのお知らせ

平成24年度から、会員貸付金利率が3%になり、より利用しやすくなりました。

「第二種退職一時金」制度のご紹介

◇加入対象

福利協会制度に加入していることが原則で、第二種退職一時金制度に加入を希望する会員(第二種制度のみの加入は不可)

◇加入申込み

毎年度、4月5日まで申込受付。
(年度途中の加入は不可)

◇掛金と事務費

1口1万円。基本契約口数は5口以上15口以下の範囲。
事務費は、1人年額1,200円

◇掛金、事務費の納入期日

毎年度、事務局が指定する日(5月中旬頃)

◇退会の手続き

毎月5日までの届出

◇給付

退職一時金のみで、給付利率は2%、元利積立方式。
(但し、1年未満及び脱退の場合、給付はありません。)

※福利協会・機構制度・第二制度と3本目の制度としても活用できます。

福利協会と公益法人制度改革

法人「移行」迫る

「移行」の申請を

慎重にしています

平成25年11月末までに、認定認可を得る移行手続きが行われないと解散とみなされる。二年半前に移行の方針(法人類型)は、「一般」財団法人としていた。但し、「公益」財団法人への移行申請の可能性があるなら、再検討するという世のため、人のためという公益概念には、世間常識と公益法人制度改革の「法人法・認定法・整備法」三法の新しい考え方には相当のギャップがあった。ひるがえって当協会について言えば、少子高齢化時代を支える福祉人材の確保定着化に貢献する共済会事業は当然「公益」に該当すると判断した。だが読み解くと、特定領域の「共益的活動をする法人」と位置付けられ、公益法人の認定基準に合致しないと、改革創期には否定された法解釈が散見されていた。三法は一般企業に近いといく会社法を取入れ、事業の目

的が公益なのか営利なのかだけの差があるだけで、公益法人の運営と会社の運営とはほとんど変わらなくなるものです。しかし、都道府県の公益認定等委員会(審議会)において、退職共済事業を公益事業として認めたりするなど、従来の判断を柔軟的に拡大解釈する事例が出てきた。直接的に福祉事業を実施していないが、間接的(二次的)に、共益活動の展開により他業態との待遇格差をなくし、優秀な不特定多数の福祉従事者を確保すること、多くの県民とこのこともまた不特定多数の受益者にサービス確保するという観点が改めて議論され、二次的公益性の概念が成り立ちつつある。

このような環境の中、当初、今年の7月申請予定を秋に延ばした。現在、書類の申請準備は粛々と進めて来ているが申請については二次的公益に関する議論の高まり並びに事例の確定状況等を見極めつつ、更なる検討を加え動くことにしました。

栄養士さんの おすすめ料理

水交会 (美郷町)

ふれあいの郷まつくら (大仙市)

妻野 純子



作りたての切干大根の甘さをいかしての一品です。切干大根といえば煮物ですが、戻してすぐに使えば何ともいえない食感が楽しめます。野菜の水分も吸収してくれるので水っぽくならず美味しく食べることが出来ます。



ある日の昼食風景です。

切干大根のサラダ

<材料 (4人分)>

切干大根(国産のもの) 30g
きゅうり 1本
魚肉ソーセージ 1本
玉ねぎ 1/2本
人参 1/3本
マヨネーズ 10g
しょうゆ 小さじ1
ピンクペッパー 適量

<作り方>

- 1 切干大根は水で戻しておく。この時、何回か水を取りかえる。長ければ、戻した後に適当な長さに切る。
- 2 玉ねぎは薄くスライスして水にさらす。その後、少し塩でもむ。
- 3 人参、きゅうり、魚肉ソーセージはせん切りにする。人参はボイルし

3 て冷ます。

4 切干大根と玉ねぎの水気を良くきり、全ての材料をまぜ合わせる。

5 マヨネーズとしょうゆで味付けをして盛り付ける。

6 サラダの上にピンクペッパーをちらして完成です。



魚肉ソーセージを星型で飾りピンクペッパーをちらしてクリスマス仕様に盛り付けてみました。

☆「切り干し大根」は、当施設で栽培した大根で作り、期間限定で販売をしています。

プレゼントクイズ

問題

今回取材で訪問した
保育園名をお答えください。

●応募方法●

専用ハガキにて応募してください。
(福利協会会員のみ対象)

- ◆プレゼント希望コースは必ず記入してください。
- ◆専用ハガキの裏面には、広報の感想や意見など自由にご記入ください。ホームページコラム欄に紹介することがあります。(氏名は公表しません)

●宛 先●

〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5
秋田県民間社会事業福利協会
「ハーモニー」クイズ係

●締 切●

平成 25 年 12 月 15 日 (土) 消印分まで有効。
※当選者の発表は、応募締切後に賞品の発送をもちまして代えさせていただきます。

★このプレゼント企画は、福利厚生センターの事業支援を得ているものです。

A きりたんぽセット コース 4人分 5名様へ



白沢通園センター

TEL 0186-46-3775

〒017-0002 大館市白沢字白沢407-9

C 季節の焼き菓子 セット 20名様へ



五輪坂ひなげしの里

TEL 0183-78-4600

〒012-1115 羽後町足田字古堤上21-2

B 一泊2食付 無料宿泊ご招待

2組4名様へ



大湯温泉 ホテル鹿角

TEL 0186-37-4111

〒018-5421 鹿角市十和田大湯字中谷地5-1

D オリジナルワッフル セット 20名様へ



ワークセンターゆざわ

TEL 0183-73-2644

〒012-0813 湯沢市前森三丁目3-4

編集 後記

保育園では昼食をみんな元気においしそうに食べていました。おいしいことが一番ですが、生活習慣病予防のためにも栄養バランスや減塩など気を付けたい点が多くあります。食材の効能を考えた調理で、免疫力を高め寒い冬を乗り切りたいと思います。(H.K)