

野菜嫌いの子どももくっ！ヘルスマイトさんに会いに行ってきました！



ヘルスマイト(食生活等改善推進員)ってなあに？

全国的に組織されたボランティア団体で、都筑区では講習を修了した41名(6/24現在)の皆さんが、食生活をはじめとした健康づくりを地域に普及するために活動しています。保育園の食育や学校の調理実習の見守り、地区センターやケアプラザでの講座などを行っている他、月に1回講師を招いての自主講習会を開き、その知識を高めています。

イベントレポート

子どもたちもぱくぱく！旨味たっぷりミネストローネ

この日、都筑区役所1階の区民ホールにて開催していた「野菜モリモリカムカム大作戦」と題した食育・健康フェアに、ヘルスマイトさんも出展されていました。ヘルスマイトさんが試食を提供する朝から仕込んだというミネストローネは、野菜をたっぷり美味しく食べられるスープで、薄味だけれど野菜の旨味がたっぷり。そのほか、思わずびっくりの食育ゲームもありました。親子でミネストローネを試食したり、レシピをもらったりと家族連れで楽しむ来場者も多く見られ、ヘルスマイトさんが世代を超えて和気あいあいと活動されている姿も印象的でした。



旨味がたっぷりのミネストローネ



小さなお子さんもおくく！
「いつもは野菜を食べないのですが、このミネストローネは食べてくれました」



「ヘルスマイトはプロではないけれど、だからこそ皆さんとより近い立場でお話できますよ」と会員の佐藤さん(写真左)。

来るよ！

ポポラにヘルスマイトさんが来るよ♪

11/17(金)に、ポポラでヘルスマイトさんのイベントを開催します！子どもたちがパクパク食べてくれる簡単・安心ごはん、おやつレシピ紹介や、食に関するお悩みなども相談できますよ。こちらどうぞお楽しみに♪

“こどもの食事&おやつ”あれこれ

- 日時 11/17(金)10:30~11:30
- 場所 ポポラ コミュニティルーム
- 定員 1~2歳児の親子 10組
- 予約 10/11(水)~

文:ポポラスタッフ 木村



Popola Paper NO.101



区内の子育て情報を つぶやいてるよ! @popola_org HPからも入れるよ! <https://popola.org/>



きっと誰もが通ったことがある道路だよ



ここ本当に都筑?!

チルコロギャラリー 2023 @Popolaサテライト

モノトーンで見た都筑

いつも見ているまちの風景や見慣れた景色も、異なる時間、色彩、角度で違った味わいになります。これらの写真は都筑の景色です。皆さんこの景色かわかりますか?普段何気なく歩いている道や橋、建物や人も、その景色の切り取り方や視点が少し違うだけで見え方が変わってくるものですね。

今まで何度かポポラペーパーでも季節の風景写真をご提供いただいている、カメラマンの水原さんが撮影したモノトーンの写真をポポラサテライトで展示します♪写真と実際の景色を見比べて見てみたら新しい発見があるかもしれません。皆さんも都筑のまちの風景をいつもと違った角度でご覧になってみてください。写真展の見学のみでも大歓迎です!ぜひこの機会にポポラサテライトまで足をお運びください。

「都筑カメラ日和」水原和夫写真展

展示期間:2023年9月19日(火)~11月末頃
会場:都筑区子育て支援センターPopolaサテライト(ららぽーと横浜3F)



カメラマン:水原和夫氏
都筑区在住30年余り。Popolaのボランティア、ポポ☆メイトとしても大活躍!ききょう公園あそびなどでも写真を撮影してくれています。

都筑区子育て支援センター

Popola

横浜市都筑区中川中央1-1-3
ショッピングタウンあいたい5F
TEL:045-912-5135 (代表)
045-912-5157 (子育てサポートシステム専用 9:00-17:00)
045-479-5920 (横浜子育てパートナー専用 10:00-16:00)
FAX:045-912-5160

Popolaサテライト

横浜市都筑区池辺町4035-1
三井ショッピングパーク ららぽーと横浜3F
TEL:045-507-6856 (代表)
045-507-5772 (横浜子育てパートナー専用 10:00-16:00)
FAX:045-507-6857

■OPEN 10:00-17:00 (ひろばは16:00まで)

■CLOSE 日・月・祝日・年末年始
※サテライトはららぽーと休館日はお休みです

<https://popola.org/>

運営:NPO法人こども応援ネットワーク

ワークショップ



佐江戸公園で写真を撮ろう!

水原さんといっしょにいつもの公園遊びをしながらスマホ片手に写真を撮ってみませんか?

- ・日時 9月29日(金) 10:30~12:00くらい
 - ・会場 佐江戸公園(都筑区佐江戸町334) (雨天時:サテライトお茶の間サロン)
 - ・予約 不要・直接公園へ来てね
 - ・持ち物 スマホ、デジタルカメラなど
- ※雨天の場合は、ポポラのX(Twitter)でお知らせします