

がんばれ 認定農業者!! シリーズ⑳

さつま町柏原

小山 義人 さん



小山さんは、ハウスキンカン50a, マンゴー30a, ゴボウ1.5ha, 水稲1haを経営されています。そのうち、マンゴーは農業大学を卒業し就農2年目となる長男の晃さんが栽培管理に努めています。

主力のハウスキンカンは、植物活性資材を使ったステビア栽培で、酸味を抑え、味が濃厚であると東京や名古屋を中心に市場の人気も高く、全国各地の量販店関係者からも高い評価を受けています。ステビア栽培は、小山さんが他の産地とは異なるこだわり栽培に取り組みたいと7年前にはじめられ、今では町内のキンカン部会員へ奨励されています。

近い将来、キンカンの栽培管理は、農業大学で勉学に励む次男の政人さんに任せていきたいそうです。

小山さんは「今は大変な時期だと思うが、農業は頑張るほど結果が得られる仕事なので、夢を持って楽しい農業を目指して欲しい」と後継者の長男次男へ期待を胸に想いを寄せられました。

シリーズ⑤ 生活習慣の改善で認知症を予防しましょう。

病的なものの忘れである認知症の原因は、さまざまなものがあります。もっとも多いのはアルツハイマー病によるもので、全体の6割を占めるといわれています。次に多いのは、脳梗塞や脳出血などによっておこる認知症です。

残念ながら認知症を根治する方法はまだ見つかっていませんが、生活習慣を改善することによって、認知症はある程度予防ができ、また発症時期を遅らせる可能性があることがわかっています。

もの忘れを防ぐ 5のヒント

- 1 社会活動や趣味活動に積極的に参加し、人とのコミュニケーションを心がけ、好奇心・挑戦する心を持ちましょう。
- 2 ウォーキングなどの有酸素運動をしましょう。
- 3 野菜や果物を多く食べましょう。
- 4 魚をできるだけ食べましょう。
- 5 記憶力や計算力を積極的に使しましょう。(文章を声に出して読む。文字を書く。そろばんや電卓を使わないで計算する。日記をつけるなど。)



町では、脳を鍛え認知症を寄せつけない生活をする目的で平成19年度に「脳のすこやか塾」(6月から11月にかけて毎週水曜日、老人福祉センターいぬまき荘で開催)と「求名井戸端会」(平成18年12月から自主グループとして、求名地区公民館で継続して開催中)を実施しました。

「脳のすこやか塾」では24人の方が、「求名井戸端会」では12人の方が、毎週サポーターと一緒に簡単な読み書き計算や数字盤を使った学習を行いました。「教室に参加してもの忘れがなくなった」「毎日の生活にハリが出てきた」「来年も是非参加したい」など多くの喜びの声が寄せられました。



今回は、高齢者のうつ予防について考えてみましょう。

おつるうつおちたか

「介護予防」

高齢期からの健康づくり

生活習慣で学力に大きな違い?

今年度実施された「全国学力・学習状況調査」では、子どもたちの生活習慣などに関するアンケート(意識調査)も併せて行われました。その結果、町内の子どもたちの生活習慣で、学力に大きな違いが見られる項目がいくつかありましたので紹介します。

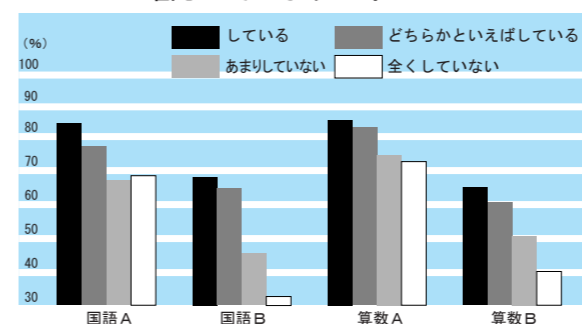
下のグラフは、質問に答えた子どもたちの平均正答率を示したものです。このことから、次のようなことが言えそうですね。

- 小学生は学校の準備を前日に必ずしておきましょう。
- 中学生は朝食をしっかりと食べましょう。

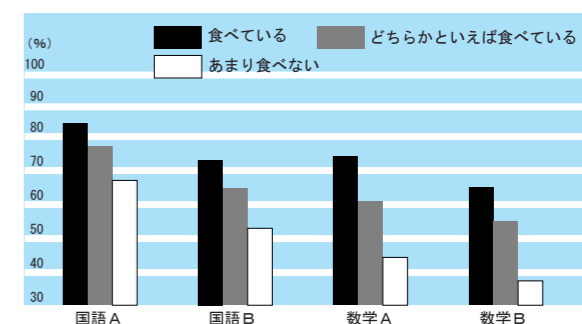


< A : 知識, B : 活用の問題 >

学校の準備は前日かその日の朝に確認していますか?

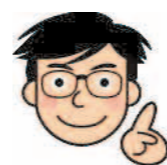


中学生 朝食は毎朝食べていますか?



この他に学力差が見られたのは・・・

- ・物事を最後までやりとげてうれしかったことがある。
 - ・難しいことでも、失敗をおそれないで挑戦している。
- あたり前ですが「家で学校の授業の復習をしている」などでした。



学習時間の調査では、小学校・中学校ともに毎日1時間～1時間30分学習している子どもたちの平均正答率が一番高くなっていました。各学校では、家庭学習の「60・90(ロクマル・キュウマル)運動」をお願いしていますが、本当に効果のある運動ですね。時間を決めて、集中した家庭学習に心がけましょう。

広告

きつまるが 2008年 新春初売り

★Windows XP対応。
★プリンタやデジカメも接続可能。
★買い物に便利なサイトを登録できます。
★文章作成、表計算も快適に利用できます。
★アップデート済でセキュリティ面も安心!
★マウス付属!
★安心の1年保証(消耗品は対象外)

インターネットを始めたい方に朗報です!!
インターネット回線申し込み受付中!

限定53台
即日切れ

297,000円
発売時定価

39,900円!!
中古特価

液晶付のデスクトップもございませう!!

ご注文は電話にて承ります
【水曜日休日】

フリーダイヤル 0120-393-628

エヌイーエ/バンクソリューションズ(株) 〒810-0001 福岡市中央区天神2-8-38 協和ビル5F http://www.ebsolutions.co.jp/

広報紙、町ホームページに 広告を載せてみませんか

- 広告掲載料
 - ・広報さつま 1枠(縦6.0cm×横8.5cm) 1万円
 - ・町ホームページ(行政サイト) 1月 8,000円
 - ・てんがらなび(住民交流サイト) 1月 5,000円
- 詳しくは、町ホームページをご覧ください。
<http://www.satsuma-net.jp/>