

2019年
クイーン倶楽部だより 12月号
第202号

ERIN 有限会社エコ・ライス新潟
新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
TEL 0258(66)0070 FAX0258(66)0447
URL <http://www.eco-rice.jp/>
E-mail office@eco-rice.jp

東京・埼玉
小学校
総合学習で
色々な体験!

令和元年の食育活動



長岡市
表町小
学校田をつくらう!
「新之助」
について学ぶ

5年生の食育授業の最後は
はちまき、ポン菓子、
蕨りーすづくり。6校の小
学校の要望が違いその場
対応。子供たちの歓声が
響き来年のお米作りの肥
やしになります。

新潟県の新品種『新之助』を育
てた表町小の5年生は、新之助
がどのように開発されたのか、
新潟県の担当者から教えてい
ただきました。また、田植えの
時も来ていただいた生産者の
岩淵さんからも話をしていただ
きました。

← 日本で一番よく食べられているお米ランキング

1位	ゆめぴりか
2位	つやひめ
3位	魚沼産コシヒ
4位	秋田こまち
5位	ひしめ

家庭科室でポン菓子づくり
体育館ではちまきとポン菓子づくり



はちまき
した蕨で
りーす
づくり



給食は間違えない
ように対応



学校の池の前で
ポン菓子づくり

その
05

Dr.Nobbyのセルフチェック健康

いつかはやってくる認知症

認知症の増加が止まりません。戦後の飽食と便利な生活の代償として生じている文明病でしょう。現在、認知症を治す薬はありませんので、早期発見の意義は家族会議を開いて対処を早めに定めることにあります。そのためには認知症早期チェックが必要です。

ヒトは外部刺激を受けて、知覚し、認識し、感情が生じて判断決断し、行動を取るようになります。認知症は記憶喪失により「これは何である」という認識ができず行動が出来なくなる病気です。行動が出来なくなり、動けず、いつも不安を抱えている状態があります。

家族によるチェックは、物事が理解できない、今まで出来ていたのが出来なくなった、約束を違えるなどで、他人に迷惑が及ぼすようなことのチェックです。簡便に専門医受診のタイミングは「何となく変だ」という初期の状態です。

この段階で専門医を受診し、そうであるとなった場合、家族会議が必須となります。同居者だけでなく、距離を問わず兄弟、叔父叔母などを含めた家族親戚ぐるみの世話が必要となります。やがては訪れるXデーに備えましょう。



中村 信也(なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学名誉教授。まほろば東京クリニック院長。
「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者。