

Face 顔



Profile
へんみ・やよい 泉野在住/板倉フォークダンスクラブの代表を務める。フォークダンスのほか編み物、健康吹き矢や、グラウンドゴルフ、サッカー観戦など趣味は多岐にわたる。

ひと味違うフォークダンス

板倉フォークダンスクラブは、24名の女性のみで構成されるエレガントで魅力的なクラブです。発足は昨年の4月で、月に2回東部公民館で練習をしています。クラブの代表を務める逸見やよいさんは10年ほど前にさいたま市から泉野に引っ越してきました。

このクラブは古河市在住の酒井貴世子先生に指導を受けており、酒井先生は公益社団法人日本フォークダンス連盟の指導者資格2級を持っています。また、ユーモアあふれる個性の持ち主で、クラブの皆さんから慕われています。これまでの主な活動は、東部公民館での発表でしたが、今年10月26日(土)に開催される町民文化祭に初挑戦し、町

魅力あふれるフォークダンスで 楽しみながら健康であるように

逸見 やよいさん



内の皆さんにお披露目をする予定です。

楽しくリフレッシュ

フォークダンスの魅力は逸見さんに尋ねてみたところ、踊ったあとの心地よい達成感と気持ちいい汗をかくことができるところが気に入っています。また、日頃使っていない筋肉をほぐすことができるそうです。そして、踊りを覚えるために頭脳がフル回転して、脳の健康にもよいとのこと。素敵な衣装に身を包むこ

とで、気分をリフレッシュすることもでき、フォークダンスはこの上なく楽しいと笑顔で話してくれました。

新しい仲間を随時募集中

逸見さんがクラブの運営で心がけていることは、なるべく多くのかたが活動を続けられるよう、会員の皆さんに金銭面であり負担がかからないようにすることです。フォークダンスで着る衣装も毎月少額ずつ計画的に積み立てをして購入しています。

板倉フォークダンスクラブの練習を見学させてもらいましたが、会員の皆さんは練習の休憩時間にダンスについてお互いに批評をしたり、持ち寄ったお菓子などを分け合ったりするなどして、皆さんで楽しく談笑しており、とても雰囲気の良いクラブと感じられました。

逸見さんに今後の抱負を聞いてみたところ、「フォークダンスに、町の人たちが気軽に参加でき、皆さんで楽しく親睦を図りながら、健康を保

てればいいですね」と笑顔で話してくれました。

板倉フォークダンスクラブは、いつでも新しい仲間を募集しています。フォークダンスに興味をお持ちのかたは、気軽に東部公民館までお出かけください。

■レポーター
広報編集委員
田部井 治



東洋大学 食環境科学部
健康栄養学科
澤田 孝子 教授



■主な研究テーマ
・微量ミネラルの働きと人体に及ぼす影響

生命の必須栄養素の一つミネラルの研究

澤田教授は基礎栄養学の講義を担当され、鉄や亜鉛などの微量ミネラルの働きや人体に及ぼす身体的・心理的影響について研究されています。ミネラルは健康な長寿生活に欠かすことのできない大切な栄養素の一つです。その中でも澤田教授が特に注目しているのが、微量ミネラルの亜鉛です。亜鉛は多くの食材に含まれ、バランスのとれた食事をしていないと不足することはありますが、現代人に陥りやすい加工食品や既製食品過多の食生活において、その中に多く含まれる食品添加物により亜鉛は体外に排泄されてしまいます。亜鉛の摂取不足は栄養摂取バランスに問題がある可能性が考えられ、身体の生理的影響のみならず、心理的作用においてもさまざまな影響を及ぼし、不定愁訴やうつ病などの病気も引き起こす一因と考えられています。特に痩せ志向の成人女性、低栄養になりやすい高齢者などを対象に研究を進めています。

健康意識を高め地域に貢献できる学生の育成

澤田教授は学生の健康意識が高まり、より良い食生活への変容が見られ、それが地域社会に啓発していけば何よりであると思われています。そして、「管理栄養士は職場で少人数のため、地域の皆様に育てていただくに、応援していただいたりしないと独り立ちが難しい。皆様の力をお借りして、地域に貢献できる学生を育成していきたい」と抱負を語ってくれました。

■レポーター 広報編集委員 笠原 美樹



みんなの

はがき・電話・FAX・Eメールでのご意見、ご質問、感想など「みんなの声」をお待ちしています!

Q

受け取りまでに何日かかりますか?

町役場でパスポートの申請ができるようになりました。パスポートの受け取りまでに何日かかりますか。
(匿名希望)

A

6日でパスポートを受け取れます

町では平成22年10月から県内他の市町村に先駆けて、パスポート申請交付窓口を開設しています。8月末で申請件数は1,000件を超えました。町の窓口で申請できるかたは板倉町に住居登録しているかたまたは、板倉町に通勤や通学して板倉町に居所があるかたです。

申請の受付から交付までにかかる日数は、今月から土日祝日・年末年始を除き6日で受け取れるようになりまし

た。これは、今月から県内の全市町村でパスポート申請交付窓口を開設することになったため、パスポート作成検査時間が短縮されたためです。これに伴い、県内各パスポートセンターは閉鎖されました。

申請・受け取りの受付時間は、平日午前8時30分から午後5時15分までです。水曜日は受け取りのみ午後7時15分まで延長しています(申請は受付できません)。

申請には一般旅券申請書、戸籍抄本または謄本、パスポート用写真、運転免許証などの本人確認書類、前回発給を受けたパスポートなどが必要で、未成年者は有効期間5年の申請に限られ、親権者などの署名が必要です。居所で申請する場合は、前述の書類のほか、居所申請申出書や居所を確認する書類が必要です。戸籍や写真は提出日前6か月以内のものに限ります。有効期限内に切り替える場合で、氏名・本籍の都道府県・性別・生年月日に変更が無いときは戸籍を省略できます。

問合せ 戸籍年金係
☎内線234