

# 新そばの 季節到来!

波野地域は、高原の冷涼な気候を利用したそばの生産で有名。

10月下旬、地域内約65haに作付けられたそばの刈り取り作業が、波野そば生産組合(古澤國義さん他64人)により行われ、そば乾燥施設や製粉所が側にある神楽苑はそばの香りでいっぱい。そばは、波野地域では昔から家庭料理として親しまれてきましたが、今や特産品として直売所などで人気を集めています。

## 11月12日は 「波野高原新そばまつり」!

たくさんのご来場お待ちしております。

日時 11月12日(土) 10時~14時  
場所 道の駅波野「神楽苑」  
主催 神楽公演イベントデッキ  
主な催し  
そば手打ち実演  
そばの創作料理コーナー

参加費 創作料理1品1000円、  
主催 波野高原そばの里づくり  
推進協議会

問合せ先

阿蘇市役所波野支所産業振興係

☎24・2001

阿蘇市役所農政課

☎22・3274



～風味豊かな味を  
ご堪能下さい～

なみの高原やすらぎ交流館でも  
11月13日楽しいイベントが開催されます。

### 大地のめぐみ収穫隊

実りの時期を迎えた、波野高原で農作物の収穫体験と料理体験にチャレンジして、秋を満喫してみませんか!  
日帰りハイキングも予定しています。

時間：10:00～15:30

参加費：1,000円

参加希望申込先

なみの高原やすらぎ交流館

Tel: 23 - 0555

## お元気ですか

～食生活改善推進員協議会～

### 『16人の中学生 ヘルスサポーター誕生』



9月29日、10月6日の2日間、食生活改善推進員協議会波野支部主催の「ヘルスサポーター21事業」を、波野中学校3年生を対象に行いました。  
ヘルスサポーターとは、自分の身体レベルや生活スタイルに基づいた健康づくりを学び、自らが実践しながら、周囲の人の健康づくりを些細なことでもサポートする人のことです。  
波野支部では毎年中学校に協力いただき、3年生を対象にヘルスサポーターを養成し、今回で4回目の実施となります。  
今年も、学校の総合的な学習の時間に、「生活習慣病」「洋食と和食」「ダイエット」の3つのテーマを設け、生徒さんたちにグループ学習と発表を行ってほしい、調べたことを少しでも身近な生活に結び付けてもらえればと、食改のメンバーがアドバ

イスを行いました。中学生の発表のすばらしさに驚きを感じつつ、人生の先輩として、食と健康のリーダーとして、次世代を担う子供たちの健康を願ってコメントを行いました。  
2日目は、波野の食材をたっぷり使った、素朴な田舎料理「いなり寿司」「そばの実入り豚汁」「キャベツのゆかり和え」「トマトゼリー」作りに挑戦。ごぼうのさがきができるか?と心配しましたが、とても上手で、きれいに食べていました。  
卒業後は自炊する子どもさんもあるかもしれませんが、今回の経験をきっかけに、家庭でも一緒に食事作りに取り組むなど、食について話し合っていただけだからと思います。

