

読者の皆さんから届いたお便りなどを紹介します



ライブでメッセージを伝える森源太さん

**N**PO法人心の扉は、現在、社会問題化しているひきこもりには、居場所の大切さや相談できる場所があることのPRが重要だと感じ、平成29年度総社市民提案型事業に「本気は伝わる!! つながるライブ」を企画、提案しました。8月27日にシンガーソングライターの森源太さんを招いたトーク&ライブ講演では、「本気で生きることの輝き」というテーマで、学生や保護者などに、自立する楽しみを知ってもらうこと、サポート側に対する声掛けや導き方のヒントを伝えることができました。

い言葉掛けや気遣い、フォローにつながることを参加者に呼び掛けました。□□で市内外から70人が集まってくださったことから、言葉による伝え方と伝わり方が、いかに大切かということも、改めて感じました。今後も新たな企画を考え、温かいまちづくりにつなげていきたいと思っています。

(NPO法人心の扉 理事長 長谷川 香織さん・泉)

**ライブサポートいちご畑**は、障がい児と保護者の支援のために活動しています。

今回、高梁川流域連携事業で倉敷市のNPO団体のノウハウ移転によって、保護者の居場所づくりに取り組むことになりました。肩の重荷を下ろして少しホッとすることができ、空間やスタッフと同じ保護者という立場で支え合うことができる、そんな温かい場所を総社にもつくることを計画中です。



事業の実現に向けての打ち合わせ

名前は「かふえバディ (Cafe Buddy)」。そこは、いつ訪れてもいつ帰っても良い、気軽に悩みや不安を語り合い、共感し合える場所です。

また、居場所づくりによる保護者支援の意義と重要性の理解を推進するために、講演会を10月22日(日)に総合福祉センターで行います。講師は、前述の団体の理事長 長安藤希代子さんです。

年内に「かふえバディ」をオープンする予定です。ここに来てくださーいねー! 誰も、つらい時があるから、でも忘れないで。みんな一人じゃないよ。

(ライブサポートいちご畑 天野 ひとみさん・門田)

第**2**弾

そうじゃー! ヘルシーメニュー認定 [第3号]

かたらいヘルシー和膳

地元総社産の野菜を270g使用し、1日に取りたい野菜量の75%に相当。その他のヘルシーポイントも全てクリアした、5つ星のメニューです。



定価 3200円  
エネルギー 597kcal  
たんぱく質 36.4g  
脂質 14.2g  
炭水化物 78.8g  
塩分 2.6g  
※ドレッシング大さじ1/2使用の場合  
※前日までに要予約

※メニュー内容  
前菜、カモ鍋、刺身、ミルク茶碗蒸し、野菜サラダ、ごはん(140gの場合)

※ヘルシーポイント  
カロリーゼロの海藻類や赤身のカモ肉(国産)を使用し、この1食で597キロカロリーと、うれしい低カロリー。地元総社産の野菜中心で、主食・主菜・副菜のバランスもバッチリです。

※こだわり  
カツオと昆布のだしをしつかり取ることで、少ない塩分でもおいしく。ミルク茶碗蒸しでは、カルシウムも取れる乳和食を取り入れています。

ヘルシーメニュー応募先  
問い合わせ 健康医療課 健康増進係 (☎08259)



うかの杜  
場所 駅前二丁目12-133  
電話 93-9388  
提供時間 11:30~14:00  
17:30~22:00  
定休日 水、第1・3日

救える命を救う! その決断

— 熊本地震テント村での教訓を発信 —

9月1日からの国の「防災週間」に合わせ、昨年発生した熊本地震の際に行った災害支援活動を伝える展示が、4日から9日まで三井住友銀行東館ライジング・スクエア(東京都)で開催されました。

市環境観光大使の野口健さんが代表を務めるNPO法人ピーク・エイドと認定NPO法人AMDA、総社市が中心となって運営した益城町でのテント村の再現や、被災地の写真を展示することで、来場者の防災意識を高めるとともに、避難所の新たな選択肢としてテントでの生活を提案。4日には『震災が起きた後で死なないために「避難所にテント村」という選択肢』と題して、これからの災害支援の在り方についての対談も行われました。

問い合わせ 危機管理室 (☎08599)

片岡市長と野口健さん、被災地の写真を提供した益城カメラ代表の林真二さんによる対談【9/4】



そうじゃ特産商品シリーズ3点セットが当たる

広報クイズ

今月の『広報そうじゃ』を読んで、次のクイズに答えてください。

Q 市役所で毎年夏に大学生を「就業体験」として受け入れているインターシップ。今年受け入れた総人数は過去最高の●●人。

【応募方法】 はがきかメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。正解者のなかから2人に「そうじゃ消防署カレー」1個と「そうじゃ小学校ライスカレー」2個、「そうじゃ赤米がゆ」1個をセットで贈ります。いただいた意見などは、担当課から連絡することがあります。

【応募期限】 10月31日(火) 【8月号の答え】 レンゲ  
【8月号の当選者】 原奈緒子さん(総社)、御古清文さん(井尻野)

【応募先】 〒719-1192 中央一丁目1番1号 総社市役所市政情報課 ☑ shisei@city.soja.okayama.jp

人口・世帯数(平成29年9月1日現在)

人口 68,448人(前月比+94人)  
(うち外国人登録1,120人 前月比+61人)  
男 33,291人(前月比+27人)  
女 35,157人(前月比+67人)  
世帯数 26,903世帯(前月比+101世帯)

市民憲章

わたしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 1 郷土を大切に  
美しい環境をまもりましょう。
- 1 生涯学び  
明るい家庭をきずきましょう。
- 1 たがいに助け合い  
あたたかいまちをつくりましょう。

市の花・木・鳥

◎市の花/れんげ ◎市の木/もみじ ◎市の鳥/タンチョウ