

# まちキャン通信 vol.24



まちキャンは第3水曜日に開催しています。

今年7回目となる11月16日のまちキャンは、「食」をテーマに情報提供いただきながら、それぞれの活動について紹介したり、実際に体験したり盛りだくさんの内容になりました。今回の様子をお伝えします。

## ■平成28年度第7回まちづくりキャンパス@右京

日時：平成28年11月16日（水） 午後6時30分～8時

場所：サンサ右京1階 右京区まちづくり交流拠点（MACHIKO）

参加者：13名

### 内 容

#### ◆自己紹介

2グループに分かれて、まず自己紹介をしていただきました。

「食」について、普段の食事や気になっていることなどお話ししていただきました。

#### ◆話題提供

平成28年度まちづくり支援制度活動団体の「菜の花会」さんから、中村さんと田中さんに「食」をテーマにお話しをしていただきました。

「菜の花会」さんは、ヘルパーさんやスポーツトレーナーさんなどそれぞれの専門分野を生かしながら、京都市食育指導員として活動されています。

自分の身体にとっていいバランスを知るために、栄養についてはもちろん、体組成計で測定したり、姿勢を意識したりすることの大切さについて情報提供がありました。縄で編んで作られた「足半(あしなか)」も見せていただき、実際に履かせてもらいました。扁平足や足のトラブル改善にも効果的で西郷隆盛像が履いているのも足半だそうです。





右側が足半



こんな姿勢になっていませんか？

#### ◆意見交換

「食」にこんなことをつなげれば面白い、こんな視点を合わせてみたら楽しそう、と感じるものについて参加者の皆さんにお話ししていただきました。

器、手作り、光、音楽、美術、作法、見る、空間、ラジオ体操、絵本、人、情報、学生・高齢者・子ども、まち歩き、美などの意見が出されました。



#### ◆活動PR など

##### ○サンサ芸術の杜（西田さん）

11月18日（金）17時30分からサンサ右京1階ロビーで、平野翔子×名倉学によるミニコンサートを開催します。

12月8日（木）にも葛野大路四条でピアノデュオによるライブがありますので、どうぞ。

##### ○洛中マルシェ（圓口さん）

市内や大阪、滋賀県などで陶芸療法による取組を実施しています。陶芸と食はつながっているので、いろいろな方に興味をもってもらいたいです。

##### ○Facebook グループ 「まちづくりキャンパス@右京」

まちキャンメンバーによる非公開グループです。「グループに参加」してください。

◆次回テーマ

「食」第2弾！

新鮮旬野菜や加工品を販売する「里の駅 大原」を立ち上げた宮崎良三さんをお迎えし、「農と食の地域活性化」についてお話をさせていただきます。ぜひご参加ください。

【28年度まちキャン日程】

基本的に月1回第3水曜日に開催します！今年度はあと3回です。

12月21日（水）、1月18日（水）、2月15日（水）

\*時間はいずれも午後6時半～8時

お問合せ、ご意見

右京区役所地域力推進室（担当 塚口）

〒616-8511

右京区太秦下刑部町12

電話：861-1784

Eメール：ukyo@city.kyoto.lg.jp

平成28年12月