

もっと！ もち米プロジェクト

※
51

名寄市はもち米生産日本一のまちです。もち米を市民の皆さまの誇りとし、子どもたちが自慢できるふるさとづくりを進めるために「もっと！もち米プロジェクト」を実施しています。

毎月10日は
「名寄もち米の日」

問い合わせ・申し込み先
名寄市食のモデル地域実行協議会
(農務課農政係・風連庁舎1階)
☎01655③2511(内線2312)
ホームページ [名寄もっともち米](http://nayoro-mochigome.com/)
<http://nayoro-mochigome.com/>

もち米サポーター養成塾で田植え体験！

実際の農作業を体験してもち米について学ぶ「もち米サポーター養成塾」。
2回目となる今回は、田植え体験を行い、塾生みなさんが田植機に乗りました！

第3回は9月に稲刈りを行う予定です！



塾長の奥さまが苗の説明してくれました。4月に種まきしたもち米がちょうど植え頃になりました！



ハウスの中では苗を地面から剥がします。「剥がす瞬間が気持ちいい！」



及川塾長の指導のもと、塾生全員が田植機を運転して苗を植えた水田。成長が楽しみです。

COLUMN* なよるっぽい家づくりの会*

VOL.25

リフォーム《高齢化に対応したキッチンの改装》

1 高齢者の身体特性とキッチンの配置

高齢化に伴い、体をかがめたり腕を伸ばすことがきつくなるため、できるだけ楽な姿勢で調理できるような工夫が求められます。キッチンの配置は一般的にI型とL型があります。I型はシンク・調理台・加熱器と並列の状態、L型は加熱部分が左側か右側に直角に折れています。作業動線はL型の方が多少短いので、調理作業がスムーズに感じられます。



2 キッチンの高さ

一般の高齢者と車椅子使用者では、構造も違いますが高さにも違いがあります。高齢者は立ったとき、または寄りかかったりしながら使うとき、ちょうどよい高さになるように調整します。人によっては椅子の利用も考えられますが、その時につかまりやすいように手すりを取り付けることも可能です。上部の吊り棚は頭にあたらないところまで極力下げ、台がなくても物が取り出せるような使い方が望ましいです。また換気扇、流元灯のスイッチが手元近くになるような配線がいいでしょう。車椅子利用者の場合は、足元が十分に流し台の下に入らなけれ

ば使いづらいと思いますので、高さは利用者に合わせていただくことが肝要です。

3 加熱器(IH・ガス)

高齢者あるいは障がいのある方をどこかに抱えた方にとって、一番心配なのは加熱器の部分だと思います。やけどや火災への配慮が最も求められます。ガス使用のコンロなどは特に、立ち消え安全装置・空焚き防止装置、天ぷら油火災防止などの機能がついているか確認してください。また、鍋などを持ち上げる力も弱まってきますので、コンロ台から調理台にスムーズにスライドできるように考える必要があります。できるなら、IHクッキングヒーターが望ましいです。

4 収納

調理では、道具・食材・調味料・食器・紙類・ビニール類・布類などたくさんものを使いますが、これらを料理に合わせて効率よく使って調理したいと誰もが考えます。そのため、身体状況をよく把握のうえ、使いやすい場所と清潔な状態で収納できる十分なスペースを確保することが必要です。

■問い合わせ [なよるっぽい家づくりの会事務局](mailto:nayoroppoi@npo.or.jp)
(NPO法人なよる観光まちづくり協会内)
☎01654⑨6711