

6月は食育月間です

～食を通じたところとからだの健康づくり～

6月は食育月間です。市は「調布市食育推進基本計画(第3次)」に基づき「食育」を推進しています。月間中は、のぼり旗やポスターを小・中学校、公民館、児童館などに設置・掲示しています。感染拡大防止のために、自宅で食事をする機会が増えている今、食育について考えてみませんか。

調布市の食育推進のイメージ

- 食への理解と感謝を深める
- 楽しく食事をする
- 望ましい食生活を心掛ける
- 五感を使って、味わって食べる
- 安全に食べる
- 食を選択する力を身につける
- 望ましい食習慣を实践する



● 食を通じた地域のふれあい・絆づくりを大切にする

調健康推進課 ☎441-6100



「こころ」を見つめ直そう

「もったいない」という意識を持ち、食事のマナーや食文化を大切に、食べることへの理解を深めることが大切です。

この機会に、「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつを大切に、規則正しい食事のリズムを身につけるなど、身近な「食」について見直してみましょう。

コロナに負けないからだづくり

丈夫なからだを目指すには、1日3食、朝食からきちんと食べることが大切です。日々の生活リズムを見直し、食べる時は五感を使って、よく噛んで味わうことが大切です。

「楽しく」食を通じて家族の絆を深めよう

日々のライフスタイルが多様化し、家族がそろって食事をする機会が減っていません。

家族などと食事を取りながら、コミュニケーションを図り、食事を楽しむことが大切です。食事を作ってくれた方に感謝し、みんなで食事作りを楽しむ機会をつくりましょう。

調オリンピック・パラリンピック担当 ☎481-7447

東京2020オリンピック 開催まであと **048** 日 東京2020パラリンピック 開催まであと **080** 日

オリンピック パラリンピック

募集 東京2020オリンピック・パラリンピック 競技大会の競技観戦チケット(有償)の申し込み

- 市内在住の方
- チケット/約900枚(バドミントン、サッカー、近代五種、ラグビー、車いすバスケットボールなど)
- 6月14日(必着)までに電子申請、または申込用紙(市内公共施設(市役所8階オリンピック・パラリンピック担当、図書館、公民館など)で配布)に必要事項を記入し申込用紙の郵送先へ送付
- 当選し、競技を観戦した方にはアンケートあり。対象チケットやチケットの申し込み・受け渡しなどの詳細は市または申込用紙を要確認(右の2次元コードからアクセス可)
- 市コールセンター(東京2020大会市民観戦事業事務局) ☎443-8110 (オリンピック・パラリンピック担当)



新型コロナウイルス感染症等の状況により、内容が変更または中止となる場合があります。

募集 オリンピック聖火リレー出発式、到着イベントの観覧者

- 出発式(公式セレモニー)
- 7月15日(木)午前8時30分～9時(7時30分開場)
- 深大寺 観100人(多数抽選)
- 到着イベント(市独自)
- 7月15日(木)午前8時20分～10時15分(8時開場予定)
- 調布駅前広場 観120人(多数抽選)
- 共に
- 市内在住・在勤・在学の方 ※小学生以下は保護者同伴
- ①②の重複申し込み不可。申し込みは1人1回(1回の申し込みで代表者、同伴者を含む3人まで申し込み可(同時入場可能な方のみ))。入場時に手荷物検査あり
- ③6月14日(必着)までに市(右上の2次元コードからアクセス可)に掲載している電子申請から申し込み、または復元はがきに①②どちらかの観覧希望場所、代表者氏名(ふりがな)、住所、電話番号、勤務先名称・住所(市内在勤者のみ)、学校名(市内在学者のみ)、同伴者の氏名(ふりがな)、特記事項(配慮が必要な事項)、返信面の宛先に住所、氏名を記入し〒182-8511小島町2-35-1市役所8階オリンピック・パラリンピック担当 ☎481-7447へ



新型コロナウイルス感染症等の状況により、内容が変更または中止となる場合があります。

調布市応援アスリートニュース



サッカーの相馬勇紀選手を第7弾調布市応援アスリートに認定

Jリーグの名古屋グランパスで活躍している相馬勇紀選手を、6月3日に7人目の調布市応援アスリートに認定しました。相馬選手は調布市出身で、サッカーU-22、U-23日本代表や日本代表でも活躍しています。

● 調布市応援アスリートとは
市では、市にゆかりのある現役アスリートを、市をあげて応援する「調布市応援アスリート」に指定しています。



東京2020オリンピック自転車競技ロードレース都内コース体験イベント 東京8市Smile Road Project

- 自転車競技ロードレースの通過コースを、自転車やウォーキングで体験できるイベントを実施します。
- 6月19日(土)～7月18日(日)
- 都内のコースを4つに分けた全体コースとセパレートコースの5コースから選択し、専用アプリを使用して参加
- 各コース申し込み順1000人 無料
- 7月16日(日)までにスマートフォン専用アプリ(FUN RUNNETアプリ)(右の2次元コードからアクセス可)で事前申し込み(オリンピック・パラリンピック担当)



新型コロナウイルス感染症等の状況により、内容が変更または中止となる場合があります。

東京2020公認プログラム 東京2020大会50日前に関する取り組み(50 Days to Go)

- 調布市内開催競技紹介パネル等展示
市内で開催される競技の紹介パネルなどの展示を行います。
- 6月18日(金)まで 市役所2階エントランス
- オリンピック・パラリンピック担当Twitterでのカウントダウン企画
市ゆかりの人物や調布市おもてなしボランティアによるカウントダウンを実施します。アカウント名/chofu_oly

郷土博物館企画展関連事業

1964年東京オリンピック聖火ランナーによるゲストイベント ～トークイベント&トーチリレー体験～

- 7月11日(日)午後2時～4時(受付1時30分～)
- 文化会館たづくり12階大会議場
- 前半: トークイベント(午後2時～3時)
当時の聖火ランナーから話を伺います。
- 後半: トーチリレー体験(午後3時15分～4時)
実物の聖火トーチを使ったリレー体験です。
- ※トーチリレー体験の参加は任意。申込時に希望の有無を記載。
- 岡大塚一郎(1964年聖火リレー調布市第1区間ランナー)、堀江春江(1964年聖火リレー調布市第2区間ランナー)
- 40人(多数抽選) ※小学3年生以下は保護者1人同伴
- 無料
- 申込復元はがきに、イベント名、トーチリレー体験の参加希望の有無、参加者全員(1枚2人まで)の住所、氏名、年齢(小学生は学年を併記)、電話番号を明記し、6月28日(日)(必着)までに〒182-0026小島町3-26-2郷土博物館 ☎481-7656へ



1964年東京オリンピックの聖火トーチ(郷土博物館蔵)

聖火ランナーにインタビュー vol.2

オリンピック聖火リレーが3月25日に福島県を出発し、調布市では7月15日(木)に実施されます。そこで、市内を走る東京2020オリンピックの聖火ランナーに話を伺いました。

まつだ あんく 松田天空さん
市内の水泳クラブGAGANIに所属するパラ水泳選手。日本知的障害者水泳連盟国際大会強化指定選手・東京アスリート認定選手・調布市応援アスリートに認定されている市内在住のアスリート。



- 聖火ランナーに選ばれた当時の気持ちを教えてください
- A.まさか自分が選ばれるとは思ってなかったのでびっくりしました。
- 聖火リレーを走る意気込みを教えてください
- A.大切な聖火をしっかり次につないでいきたいです。



つばき ゆうか 坪木優果さん
調布市出身。今年から自分が通っていた市内保育園に勤務。



- 聖火ランナーに応募した理由を教えてください
- A.中学生の時に、多摩地区の支援学校のマラソン大会に参加し、走りきることができました。自分でもできることでオリンピックに参加したいと思い応募しました。
- 聖火リレーを走る意気込みを教えてください
- A.たくさんの方に支えられて、今があります。喘息や痙攣や、左半身麻痺、腸も半分ぐらいしかないので好きなものが食べられません。我慢もいっぱいしてきましたが、毎日楽しく生きている自分の姿を、お世話になった杏林大学病院の先生や看護師さん、小中高の学校の先生などの皆さんに見てもらいたいと思います。できることが少なくても、これからも自分にチャレンジしていきたいです。



調布リトルリーグ・リトルシニアの10人で走者を務める

調オリンピック・パラリンピック担当 ☎481-7447

こぼり たいき 小針大輝さん
調布市内で活動する調布リトルシニアに所属。



- 聖火ランナーに選ばれた時の気持ちを教えてください
- A.聖火ランナーの報道を知ったとき、「近くを通るときに見えるかな」と思っていたのですが、実際に走ると聞いてとても驚きました。少しずつ、走ることの貴重さを感じて誇りに思い、今は楽しみで待ち遠しく思っています。
- 聖火リレーを走る意気込みを教えてください
- A.今回走ることができるのは、自分たちの日々の生活を支えてもらっている人がいるからこそできることだと思います。お世話になっている人達に向けての「感謝」の気持ちを忘れずに、そしてこれからも頑張るぞという想いを胸に走ろうと思います。