

イベント開催報告

磯子区食生活等改善推進員（ヘルスマイト）総会後に

お米の話の研修と、食育ソングを全員で合唱しました。

※2023年4月24日（月） 横浜市磯子区役所 参加者約40名

横浜市磯子区役所にて、磯子区内の食生活等改善推進員（ヘルスマイト）総会後の研修として、お米の食育と健康管理士の話&食育ソングを全員で合唱しました。お米マンプロジェクト実行委員会からは代表の小竹の他、谷上鎮隆氏（うがい薬イソジン開発責任者。健康管理士）の2名がゲストです。先ずはいつも通りながら、お米マンプロジェクト実行委員会の活動について紹介しました。

お米のお話

小竹 一臣 こたけかずおみ お米マンプロジェクト実行委員会

横浜市在住。横浜市出身

行政書士 日本作詩家協会会員
食育インストラクター 食育ソングライター®

●職務歴

2002年 いそご法務小竹行政書士事務所開業。

●職業以外のCSR活動歴

2002～事務所主催の官民参加型異業種交流会を5年継続

2008～横浜型地域貢献認定制度最上位継続（2018横浜市長より10年表彰）

2012～伊藤塾法律専門学校にて非常勤講師継続

2017～お米マンOKOME-MANプロジェクト実行委員会発足事務局代表）

楽曲 お米マンOKOME MANとお米音頭を全国リリース中！！



2018.3.14 佐々木 関西



2018.6.24 FMサルース

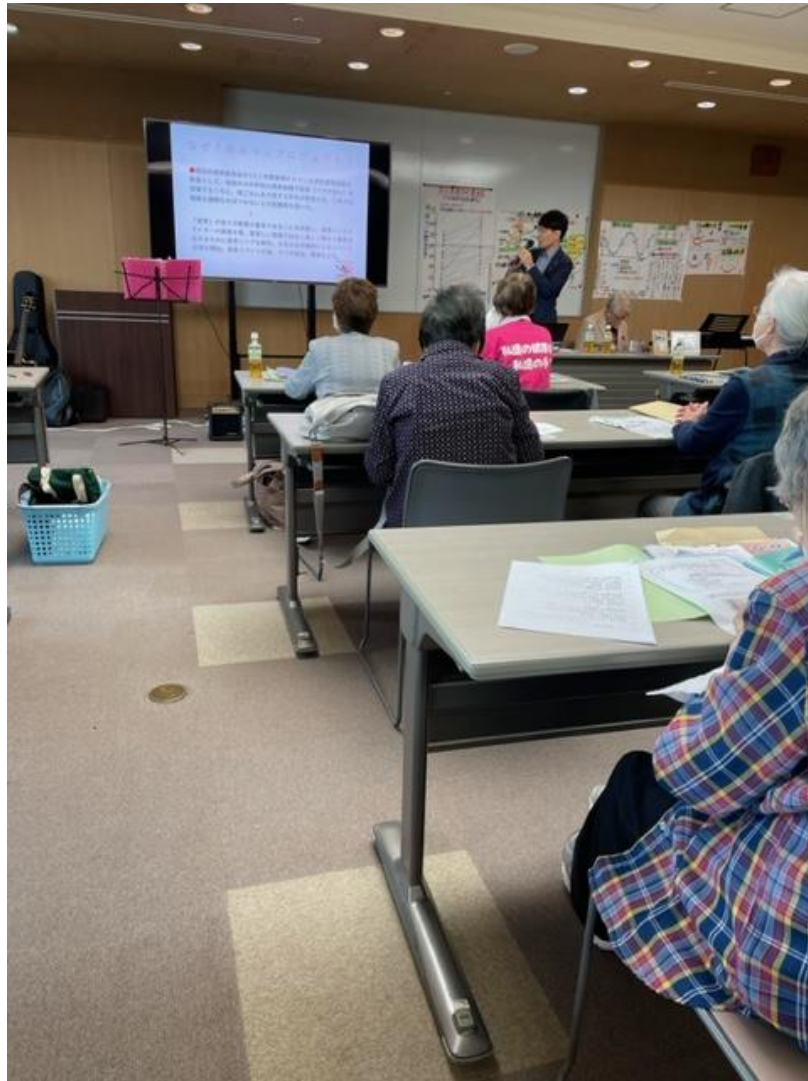


写真 1

それから、お米マンプロジェクト実行委員会代表の小竹がお米の食育のお話を約 30 分。そして人気健康管理士の谷上氏が毎月横浜市内だけではなく各地で開催している心と身体の健康講座から、「心と身体の健康を保つには」「笑いと感動が免疫を高める」を 15 分解説しました。大変ユーモアのある解説で、参加者の皆様から頷きと共に、度々笑いも溢れておりました。

後半は食育ソングライター小竹一臣と、社会人現役時代は大手企業のコーラス部員でもあった谷上氏&参加者全員で、食育ソング「お米音頭」「朝ごはん食べよう♪」そして防災食にも通ずる「防災の歌」を歌いました。そして何と！

ヘルスマイトからは、電子ピアノ奏者まで登場して下さり盛り上がりました。



会場風景 写真 2



写真 3



写真 4

ご参考までに、今回のイベントのレジュメは以下の通りです。

食育ソングをあらかじめ YouTube の QR コードによりお伝えし、当日参加者全員で歌える仕組みになっています。是非ご覧ください。

令和 5 年 4 月 24 日

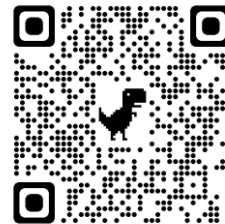
1. お米マンプロジェクト実行委員会（食育推進有志団体）について
2. お米とご飯の歴史
3. 田んぼの役割
4. 私達の体とごはんの関係
5. 朝ごはん食べよう♪
6. 食材を大切にしよう
7. 食育ソングタイム♪(と一緒に歌いましょう)



お米音頭



朝ごはん食べよう♪



防災の歌

横浜市磯子区東町 15-32 モンビル 503

いそご法務小竹行政書士事務所

小竹一臣（日本音楽著作権協会会員・日本作詩家協会会員）

Tel045-754-8955 Fax045-754-8959

Email lawkazzu@icloud.com

お米マンプロジェクト実行委員会では、「楽しく明るく食育を推進する」理念のもと、生産者や食品関係者、官公庁、学校、メディアとも常に協働しております。これからも様々な食育イベントを企画または参加する予定です。

イベントご参加やお誘い、ご提案など、お待ちしております！

お問い合わせ先

横浜市磯子区東町 15-32 モンビル 503 (いそご法務事務所内)

お米マンプロジェクト実行委員会事務局

代表 小竹一臣 (食育ソングライター®&食育インストラクター)

045-754-8955 mail lawkazzu@icloud.com <http://okomeman.kotake.net/>