

弘前市食生活改善推進員会

青森県

活動期間：52年

食生活改善推進員会によるレシピ集を活用した食育活動の推進

創立50周年を記念して 「食改さんおすすめレシピ集」を発行

「弘前市食生活改善推進員会」が創立50周年を迎えたことを記念し、50周年記念事業として「食改さんおすすめレシピ集」を5,000部発行し、市民に配布しています。このレシピ集には、弘前市の特産品であるりんごを使った料理や、郷土のおやつ、子ども向けの朝ごはん、働き盛り世代に適したお弁当などが紹介されています。また、健康づくりに関するコラムも掲載しており、食育活動の一環として、市民が日常的に取り入れやすい内容を提供しています。このレシピ集は、地域の健康促進に向けた重要な役割を果たしており、食育活動のテキストとしても広く活用されています。



食改さん
おすすめレシピ集



働き盛り世代に食事バランスを伝達

メディアを活用したレシピ集のPR、 レシピ集を活用した食育活動の展開

雑誌やテレビ、新聞などのメディアを活用したレシピ集のPR活動を積極的に展開することにより、食生活改善推進員会の活動を広く市民に周知することができました。これにより、多くの方々が食生活改善の重要性を再認識し、積極的に取り組むきっかけを得ることができました。また、メディアを通じての情報発信に伴い、企業や学校との連携が強化され、健康づくり活動が活性化しました。このような取組を通じて、弘前市が目指す「健康都市弘前」の実現に向けた一助となり、地域全体の健康意識の向上に貢献しています。



いきいき健やかマガジンに
レシピを掲載



ATV青森テレビ いきいき健やかTV
「情報コーナー」、YouTubeにてレシピを紹介

企業とのコラボによるレシピ集の作成、 学生との協働による普及活動

弘前市が実施する「健康とまちのにぎわい創出事業」の一環として、花王株式会社（本社：東京都）とのコラボレーションにより、レシピ集を作成しました。スマート和食®のコンセプト「しっかり食べて太りにくい」を活かし、働き盛り世代の肥満予防に向けて、望ましい食生活の普及・啓発に取り組んでいます。



弘前市食生活改善推進員会
×花王コラボレシピ集



弘前大学医学部生の
「医カフェ」と協働による試食会



レシピをレクチャー



この度は、栄えある賞をいただき、誠にありがとうございます。当会は1972年の創立以来、50年以上にわたり、「食」を通じた健康づくり活動を続けてまいりました。今後も、活動の喜びや素晴らしさを教えてくださった諸先輩方の思いを大切にしながら、時代のニーズに即した食育活動を展開し、弘前市が目指す「健康都市弘前」の実現に向けて、さらに「食育活動」を推進してまいります。

弘前市食生活改善推進員会
会長 斎藤 明子