

【名称】 人吉市食生活改善推進員協議会

代表者 会長 西 洋子
(ふりがな) (にし ようこ)

担当者 築地 佑奈
(ふりがな) (つきぢ ゆうな)

【連絡先】

住所 熊本県人吉市西間下町7番1

TEL 0966-24-8010

FAX 0966-24-8546

URL



減塩普及活動



3歳児健診でのおやつのお話

＜組織の概要＞

平成6年4月1日に結成され、現在22名の会員で食を通した健康づくり活動を行っています。(R7.2月時点)自分の健康は自分で守るまちの実現に向け、子どもから大人まで幅広い世代の食生活改善活動に取り組んでいます。

＜取組内容＞

生活習慣病予防のために、減塩やバランスのよい食事など健康的な食生活を広める活動に取り組んでいます。

また、生活習慣や食べる力が身につく大事な時期である乳幼児期の子どもや保護者に対して、食の大切さや楽しさを伝えるための活動にも力を入れています。

＜年間の主なイベント等＞

●料理教室

健康的な食生活を目指し、各世代に合った講話や調理実習を行う。

●減塩普及活動

減塩に興味を持ってもらうことができるように、イベントなどで減塩食品の紹介や啓発を行う。

●3歳児健診でのおやつを試食・お話

おやつを試食を通して、不足しやすい栄養素を補うというおやつ目的や選び方のポイントを伝える。

●7か月児健診での離乳食作り

成長発達に合わせた離乳食の試食を通して、将来の食べる力の基礎を作ったり、食べる楽しさを伝える。