

【名称】 錦町食生活改善推進協議会

代表者 前原 晴美
(ふりがな) (まえはら はるみ)

担当者 塚本 有喜
(ふりがな) (つかもと ゆき)

【連絡先】

住所 熊本県球磨郡錦町大字一武1502

TEL 0966-38-2048

FAX 0966-38-0122

URL

<組織の概要>

平成6年4月に発足し、現在は総勢36名の会員で楽しく活動を行っています。

地域において、幼児期の親子クッキング、中学生の郷土料理教室、働き盛り世代や高齢期の方々への食生活改善活動(特に減塩)等を行いながら、各世代の方との交流を大切にして地域の健康づくりを支援しています。

<取組内容>

【食育基礎講座】

子育てサークル(乳幼児期の未就園児が対象)に参加されるお母さんに、体験型の食育活動として我が家での食事作りに役立ててもらうために、だしのとり方等をはじめとした基本的な調理実習を行います。

【錦中学校 郷土料理教室】

1年生を対象に、地元の食材を用いて地域に伝わる郷土料理作りを体験し、郷土食についての講話を行っています。

【健康教室(食事編)】

町が主催する健康教室(高血糖・高血圧)の参加者へ、生活習慣病の発症・重症化予防を食の面から支援するため、食の基準や減塩について学べるよう講話と試食を実施しています。

【減塩活動】

働き盛り世代や高齢期の方々を対象に、訪問や地域の集まりで塩分測定を行い、生活習慣病予防の普及啓発を行っています。

<年間の主なイベント等>

○食育基礎講座(年3回)

- ・基本的な調理法の実技・試食
子育て中の母を対象にした調理実習
(調理技術の伝達講習・食育)

- ・郷土料理教室(年1回クラス毎)
中学生へ郷土食の伝承(地産地消)

- ・健康教室～食事編～(年1回)
働き盛り世代の生活習慣病予防

- ・減塩活動(通年)
働き盛り世代や高齢期へ訪問
地域の集まりで塩分測定
(生活習慣病予防の普及啓発)

○3月上旬「にしきまちボランティアフェスティバル」の開催



減塩活動(訪問)



減塩活動(講習会)