

【名称】 上天草市食生活改善推進員協議会

代表者 会長 森本 まさみ
(ふりがな) (もりもと まさみ)

担当者 事務局 江口 聡美、井上 照彩
(ふりがな) (えぐち さとみ、いのうえ てるさ)

【連絡先】

住所 熊本県上天草市松島町合津7915番地1

TEL 0969-28-3356

FAX 0969-56-3307

URL



生活習慣病予防・郷土料理教室



高齢者の低栄養予防

<組織の概要>

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、地域で食生活改善・食育活動を行っているボランティア団体です。

上天草市が主催する食生活改善推進員善養成講座で、栄養・運動・休養などの健康づくりについて学び、子どもから高齢者まで幅広い世代を対象とした伝達活動を行うことで、市民の心と体の健康づくりに取り組んでいます。

現在73名の会員が、4町ごとに地域に根ざした活動を行っています。

<取組内容>

例年、市の健康課題に沿った重点目標を立て、会員の育成研修や地区伝達活動を行っています。

- 生活習慣病予防講習会
- おやこ食育教室
- 男性料理教室
- 高齢者低栄養予防講習会
- 郷土料理教室
- 独居高齢者等への低栄養予防(訪問)
- 防災食活動

上天草市特定健康診査受診率向上に向けて、推進員自身の健康管理のための健診受診や、生活習慣病予防伝達講習会時に健診受診の必要性を説明し受診を呼びかけています。

<年間の主なイベント等>

4月 上天草市食生活改善推進員協議会総会及び研修会

6月 食育月間
(活動に合わせ食育チラシを配布し食育のPR)

6月 ヘルスメイト研修

10月 市外研修 ※隔年開催

10～2月 ヘルスメイト学習会

4～3月 各地区伝達講習会