

## 【名称】 熊本県食生活改善推進員連絡協議会

代表者 和田 順子  
(ふりがな) (わだ じゅんこ)

担当者 熊本県健康づくり推進課内  
(ふりがな) 食生活改善推進員連絡協議会事務局員

## 【連絡先】

住所 熊本県熊本市中央区水前寺6丁目18-1  
熊本県庁健康福祉部健康局  
健康づくり推進課内

TEL 096-333-2252

FAX 096-383-0498



(おやこの食育事業)



(生活習慣病予防教室)

## ＜組織の概要＞

「私達の健康は私達の手で」を合い言葉に、「ヘルスマイト」の愛称で約2,400人がボランティア活動を行っている団体です。

県内38市町村で協議会が結成され、各保健所単位に11支部があります。

市町村が開催する健康づくりや食生活に関する約20時間以上の学習会を修了した人が会員の要件となっています。

## ＜取組内容＞

家族で囲む食卓は、会話を楽しみながら、バランスの良い食べ方や、食事のマナー等適切な食習慣を学べる格好の場です。私達は、食卓での親子の会話を大事に食育を推進します。

当協議会は、市町村協議会を基本に成り立っています。各市町村協議会の活動の取組みについては、直接市町村協議会にお尋ね下さい。

## ＜年間の主なイベント等＞

栄養・食生活の改善に関すること

～第4次熊本県健康食生活・食育推進計画にそって～子どもから高齢者までの世代別にあつた食育活動に取り組んでいく県内38市町村協議会において実施

## ①おやこの食育教室

- \*「朝食をとること」と「薄味」(減塩)に慣れること
- \*親子が共に調理体験し食事の大切さを学ぶ

## ②生涯骨太クッキング

- \*「メタボ予防からフレイル予防への切り替え」
- \*人とつながる楽しい機会を提供し、安否確認も担う

## ③生活習慣病予防

- \*受診後指導を保健師及び栄養士と連携して行う
- \*健診の結果をふまえて献立の相談に応じる

## ④ヘルスサポーター養成事業

- \*地域のつながり、人と人とのつながりを深める
- \*「減塩くん」を使ったみそ汁の塩分チェック