

【名称】 八代市食生活改善推進員協議会

代表者
(ふりがな) 松永康子
(まつながやすこ)

担当者
(ふりがな) 八代市健康推進部健康推進課内
北原智美
(きたはらともみ)

【連絡先】

住所 八代市松江城町1-15

TEL 0965-33-5116

FAX 0965-33-4279

URL



大人の健康料理教室



おやこ食育料理教室

＜組織の概要＞

八代市主催の養成講座を修了した会員97名が「1.仲間づくり 2.食育 3.介護予防の取り組み」を活動目標に掲げ、食を通したボランティア活動を行っています。

会員の食に関する技術、知識の向上、会員間の交流を図るリーダー研修会や視察研修などを開催。

その学びを各地区に展開し八代市内の各地域の特性、ライフステージに応じた地域住民への食育活動に取り組んでいます。

＜取組内容＞

地域の学校・幼稚園・保育園などと連携を図り子どもたちや保護者に食育エプロンアター、紙芝居、調理実習などを通し若い世代からの食生活改善、朝食の大切さを呼びかけています。

また郷土料理の普及、食文化の伝承にも力を入れています。

生活習慣予防のための料理教室では「減塩」「野菜あと一皿(70g)」の普及を目指しています。

高齢者ではフレイル、低栄養予防の運動、食事の提案。地域自治体と協力して災害に備えた活動も行っています。

＜年間の主なイベント等＞

- ・随時、地域で食育教室、健康料理教室など開催。
- ・地域自治体主催のふれあい祭り等に参加し塩分測定、減塩、災害時の食事など資料、献立表等配布。
- ・食育キャンペーンとして「やつしろ歯の祭典」で食のコーナーを設け、野菜一日350gの展示、カミカミメニューレシピの配布。八代版ランチョンマットの紹介など。