

【名称】 高森町食生活改善推進員協議会

代表者 会長
(ふりがな) 古庄 なをみ(ふるしょう なをみ)

担当者 事務局 管理栄養士
(ふりがな) 平田 真子(ひらた まこ)

【連絡先】

住所 熊本県阿蘇郡高森町大字高森2168番地

TEL 0967-62-2910

FAX 0967-62-1174

URL



R6.11月 公民館での講話

＜組織の概要＞

昭和56年4月1日に発足。
町の健康づくり推進事業に積極的に参加・協力し、栄養改善事業を中心に健康づくりに取り組み、子どもから高齢者まで幅広い世代へ食を通した健康づくりを行政と協力し組織活動を行っている。

＜取組内容＞

高森町では通いの場を活用し、働き世代から高齢者の方を中心に復講等を行っている。

特に高齢者の参加率が多いことから、フレイルや骨粗しょう症予防に関する内容を食生活改善推進員で学び、伝達講習を実施。

また、減塩についての講話では、参加された方に自宅の味噌汁を持ってきてもらい、塩分濃度を測定している。

参加者自身のとっている塩分知ってもらい、体験などをしながら食について知る機会等も作り、健康長寿の町づくりに貢献している。

＜年間の主なイベント等＞

- 自主研修及び復講
生活習慣病予防に関する知識を学び、各地域への伝達講習。
 - ・骨粗しょう症について
 - ・フレイル予防について
 - ・バランスの良い食事について等
- 各種イベントでの協賛
「すまいるフェスタ」等町のイベントへの参加協力。
- 学生への健康教室
赤牛を使った料理や伝統料理を高校生と調理し健康に関する教室の開催。