

【名称】 多良木町食生活改善推進員協議会

代表者 山口 テル
(ふりがな) (やまぐち てる)

担当者 中神 瑞生
(ふりがな) (なかがみ みずき)

【連絡先】

住所 熊本県球磨郡多良木町大字多良木1586
多良木町保健センター内

TEL 0966-42-1100

FAX 0966-42-1101

URL



地域で講話をしている様子



食育キャンペーン

<組織の概要>

平成7年に結成し、現在は総勢17名の会員で楽しく活動を行っています。

「私たちの健康は私たちの手で」をモットーに、地域において、幼児期には町の幼児健診での食育の資料配布、中学生の郷土料理教室、働き盛り世代への食生活改善教室、お年寄りを対象とした地域サロンに出向いての「料理教室」などを中心に、各世代の方との交流を大切にしながら楽しく活動しています。

<取組内容>

【多良木中学校 郷土料理教室】

2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、成長期の食についての講話を行っています。

【地域への糖尿病、高血圧予防教室】

高血糖や高血圧の方々を対象に、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、食事のエネルギーや量・献立等について講話と調理実習を実施しています。

【男性のための料理教室】

高齢期の男性が、一人でも地域で安心して自立した暮らしを送れるよう、食生活に関する講話や基本的な調理技術の普及(調理実習)を行います。

【災害時のバッククッキング】

災害時の備えの普及活動として、家庭備蓄についての講話とバッククッキングの調理実習を行っています。

◆その他

・町主催の減塩教室にて「だし割り醤油&レシピ」配布

<年間の主なイベント等>

○料理教室

・郷土料理教室

中学生が対象(地産地消)

・糖尿病・高血圧予防教室

主として働き盛り世代のメタボ予防

・老人会料理教室

主に高齢者世帯の食生活支援(基礎調理)

・災害時バッククッキング教室

○食育キャンペーン

○幼児健診での食育の資料配布

○町の祭りへの参加

○食改研修会への参加 …など