

## 【名称】 宗像市食生活改善推進会

代表者 (ふりがな) 会長 中谷 光子  
( なかたに みつこ )

担当部署 宗像市健康福祉部健康課(事務局)

## 【連絡先】

住所 福岡県宗像市東郷1丁目1-1

TEL 0940-36-1187

FAX 0940-36-2831

URL <https://www.city.munakata.lg.jp/>

## &lt;組織の概要&gt;

「私達の健康は私達の手で～のばそう健康寿命つなごう郷土の食～」を合言葉に、「食」を通して市民の健康づくりを推進するボランティア団体です。

地域の特性に応じた食生活改善の普及を図ることにより、地域住民の健康増進に寄与することを目的としています。

具体的な活動としては、市内のコミュニティセンターなどで生活習慣病予防料理教室や男性料理教室、子ども向け料理教室の開催、郷土料理や地産地消の普及など、食生活改善、食育の実践活動を行っています。

## &lt;取組内容&gt;

- ・各種会員研修(学習会、調理実習、見学研修など)
- ・男性料理教室
- ・子ども向け料理教室
- ・郷土料理・地産地消の普及活動
- ・魚食普及事業



(宗像産米粉を使ったピザ作り教室の様子)

## &lt;年間の主なイベント等&gt;

年間を通じて様々な「食」に関する活動を行っています。宗像市内のコミュニティセンターなどで各種料理教室を開催していますので、興味のある方はお問い合わせください。



(魚さばき教室の様子)