

毎月19日は「食育の日」です！

みんなで出来ることから取り組みましょう

～今月は、地域の食育推進サポーターである食生活改善推進員の紹介をします！～

食生活改善推進員とは…

食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、ボランティアとして地域の食生活や健康づくりのための活動をしています。栄養教室や講習会で研修した知識や調理方法等を、地域の公民館等で普及することに取り組んでいます。昨年度からは岩手県脳卒中死亡率3年連続ワーストワンからの脱却を目指して、みそ汁の塩分測定など減塩の取り組みにも力を入れています。

市町村において開催される「食生活改善推進員養成教室」で勉強し修了証を受けたうえで、食生活改善推進員団体連絡協議会に入会し活動を行います。

盛岡市では現在、591名の会員が乳幼児から高齢者までを対象とし、食を通じた様々な活動を繰り広げています。女性はもちろん男性の会員も認められています。

平成27年度 目指せ！食のサポーター教室 ～食生活改善推進員養成教室～の受講者を募集します

- *対象：20歳以上の市民
- *日時：盛岡会場 6/10、7/8、8/19、9/9、10/14、11/11、12/9
玉山会場 6/12、7/10、8/21、9/9、10/16、11/11、12/11
午前10時から午後2時まで
- *会場：盛岡会場 盛岡市保健所 4階
玉山会場 玉山総合福祉センター 1階
- *費用：テキスト・食品成分表代（1,800円程度）
- *持ち物：筆記用具・エプロン・三角巾・お米1/2カップ・上履き
- *申し込み：5月20日（水）午前9時より先着順に電話で受け付けます。
申込先：盛岡市保健所健康推進課（TEL 603-8305）



食と健康に関心のある方はもちろん、男性も女性も一緒に厨房に立ち、健康の輪を広げて食生活で人生を豊かにしませんか。多数のお申込みお待ちしております！

盛岡市では、平成25年1月に第二次盛岡市食育推進計画を策定し、毎年6月と10月を「もりおか食育月間」、毎月19日を「食育の日」と制定しています。

「食育で進める もりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を目標として市民総参加の食育を推進しています。

