

食の健康づくり推進員活動を紹介します！



「食の健康づくり推進員（愛称：食改さん）^{ショウカイ}」は、市の養成講座を受講後、委嘱を受けて、健康いわくら21「栄養分野」の推進ボランティアとして、活動をしています。

主な活動として、市の事業への協力と「食育の日」や保健推進員、地区の依頼等で栄養教室を開催しており、幅広い年代層に健康的な食生活の提案をしています。



食改さんの活動テーマ「健康づくりは我が家の食卓から」



JAの調理室にて「夏野菜を使った料理教室」を開催しました！



毎年 食育推進事業の一環として、JAあいち北産直センターとのコラボ事業を開催しています！



JAの調理室にて「冬野菜を使った料理教室」を開催しました！



市民ふれ愛まつり

～ 第36回健康フェア「食の健康コーナー」～
「めざせ！野菜1日350g」をテーマに取り組みました。
1日に摂りたい野菜量を目で見分けるように、実際に計量してもらいました！毎年大人から子どもまでたくさんの方が参加する人気のコーナーになっています。



会員募集中！

～食改さんとして活動したい人！大募集中です！！～

食改さんは毎月の学習会で「食」について学びながら、様々な活動をしています。学習会は広報でご案内します。

学習会の他に食改さん主催の栄養講座も開催しているので、ぜひ参加して、皆で楽しく「食」について話したり、料理を作ったりしませんか！？

詳しくは、広報でご確認または保健センターにお問い合わせください。



健康課健康支援グループ
(岩倉市保健センター内)
☎37-3511