

鶴ヶ島市食生活改善推進員協議会

設立年月日	昭和50年4月1日	年会費	2,000円	推進員数	16人
-------	-----------	-----	--------	------	-----

1 活動目標

- (1) 食事バランスやフレイル予防の食事等について学び、ライフステージに応じた食育を普及・伝達する。
- (2) 食品ロス削減や災害食について学び、伝える。
- (3) 市や地域と連携する。

2 令和7年度活動状況

- (1) 会員研修（4回）
会員が講師を務め実施
- (2) 市委託事業（3回）
 - ・ たっぷり野菜料理教室
 - ・ パッククッキング教室
 - ・ 郷土食共食事業「かてめしおにぎり」提供
- (3) 県・財日本食生活協会助成事業（1回）
 - ・ 生活習慣病予防のための食生活改善支援事業
- (4) 市広報へのレシピ掲載（4回）
- (5) レシピ配布
食育の日・栄養の日レシピ配架
5R推進講座でのレシピ配布



3 会の特徴

私たちの活動は、行政の支援のもとバランスの良い食事、減塩をテーマに地域に根差した活動を各市民センター、保健センターなどで進めています。

市の目標である野菜摂取を勧めるために野菜をたっぷり使ったメニューを作成して料理教室を実施、食育の日・栄養の日などでレシピを配架、広報誌にも野菜たっぷりレシピを掲載して家庭で活用して貰えるよう工夫しています。

今年度も防災食の「パッククッキング」を実施し、体験を通じていざというときの準備をすること、普段も実践してできるようにしておくことをつたえました。

会員研修は自宅にある食材を持ち寄り、日々の学習から学んだことを参考に調理を実施、スキルアップと親睦を兼ねておこないました。

“私たちの健康は私たちの手で”のスローガンで、気持ちをひとつにして食育に向けて取り組みたいと思います。