

松伏町食生活改善推進員協議会

設立年月日	平成 9 年 4 月 1 日	会 費	2,000 円
推進員数	20 人		

1 活動目標

『私達の健康は私達の手で』

「健康日本 21(第 2 次)」の目標に向かって普及に努めましょう。

私達の仲間を増やしましょう。

2 令和 6 年度活動状況

《会員交流》

ウォーキング、親睦会

《学習会》

「大人のためのやさしい栄養講座」、「骨粗鬆症の食事」、「骨の健康セミナー」、「マインド食について」、栄養価計算演習、「パッククッキング」、「ナトカリセミナー」、「次世代につなぐ和食文化・郷土料理」

《普及啓発・地区活動等》

栄養のイベントである「マッパー栄養 DAY」での食改ブース作成（エプロンシアター、350g の野菜の計量、防災用お椀の作成、減塩クイズ）、カレーのレシピの作成協力、パンフレットによる松伏町食生活改善推進員協議会紹介、健康おすすめメニュー展示

《その他》

塩分摂取量簡易測定「減塩モニタ」による自己健康管理、令和 6 年度反省と次年度計画等

3 会の特徴

会員同士の絆が深く、やる気・元気・発想力でさらに活気溢れています。長期間在籍している会員も多く、結束力も強いです。

平成 27 年度からは、1 日の塩分摂取量が簡易測定できる機械「減塩モニタ」を利用し、会員自らの健康管理にもより一層力を注いでいます。

