

所沢市食生活改善推進員協議会

設立年月日	昭和 47 年 4 月 1 日	会長 丸山 静香
会 員 数	85 人 (令和 4 年 4 月 1 日現在)	

所沢市食改は、保健センター健康づくり支援課に事務局を置き、管理栄養士の指導の基、食改リーダー研修会、育成講座などを通して、知識向上に努めています。研修会で学んだものは、地区伝達料理講習会を実施しながら、子どもから高齢者まで幅広い食育活動を実施しています。

生活習慣病予防、乳製品使用の骨太クッキング、県内産の米を使用した料理教室など、ヘルスマイト会員同士で協力しながら、地域の健康づくりの担い手として活動を行っています。会員自らも健康である必要があるため、年に 1 回ウォーキング教室を実施。知識向上の為のスキルアップ研修等も行っています。

今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、感染症対策を行い、調理実習を実施しています。地域の方々の健康寿命の延伸を目指し、会員一同、心を一つにして活動していきたいと思っています

