

盛岡市食生活改善推進団体連絡協議会

事務局 盛岡市保健所健康増進課 連絡先 019-603-8305

私たちヘルスマイト/
地域の健康づくりサポーターです！



私たち“ヘルスマイト”は「食生活改善推進員」の愛称です。
「私達の健康は私達の手で」をスローガンに食生活を通じた健康づくりボランティア活動を行
なっており、盛岡市には約430人の会員がいます。

盛岡市主催イベントへの協力



県産食材や旬の食材を使用した料理
のおふるまいをしています。

自主献立作品集の作成



毎年、健康をテーマに
レシピ集を作成しています！

郷土料理の伝承



盛岡のおやつ「べんじえもの」
の作り方を伝えています。

地域に根差した活動



ふれあいサロン、乳幼児、高齢者の健康教室、公民館行事、男性
のための料理教室、一般住民対象の生活習慣病予防に関する情報提
供と調理をとおして健康づくりのお手伝いをしています。



設立40周年



令和元年に設立40周年
を迎えました！

