

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。令和5年度で設立44年を迎え、「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っており、盛岡市には約390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。

「いわて減塩・適塩の日」キャンペーンにおけるテレビ出演



「いわて減塩・適塩の日」キャンペーンの一環で、岩手県民放4局にて減塩メニューを紹介しました。