

食を通じて地域を健康にするボランティア



盛岡市食生活改善推進員団体連絡協議会

代表者：会長 佐藤 康子

連絡先：019-603-8305

事務所所在地：盛岡市神明町 3-29(盛岡市保健所 健康増進課内)

◆◇活動紹介◇◆

食生活改善推進員とは

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、地域で食を通じたボランティア活動を行っています。盛岡市には約 360 人の会員がおり、令和元年には創立 40 年を迎え、子どもから高齢者まで幅広い世代の地域住民に対し、生涯を通じた食育の推進、郷土料理の伝承など、健康づくりの担い手として活動しています。



地域での健康づくり活動

地域で生活習慣病予防に関する情報提供と調理や、ふれあいサロン、乳幼児から高齢者の健康教室、公民館行事等の協力を通して健康づくりのお手伝いをしています。



小学生の夏休み料理教室



高血圧予防教室



生活習慣病予防の料理教室

郷土料理の伝承

おやこの食育教室や、夏休みの子ども会の行事などで、郷土料理や盛岡のおやつ「べんじえもの」の作り方を伝えています。



地域でのみずき団子作り



まめぶ作り



おちゃもち

イベント協力

盛岡市主催事業や地域のお祭り、公民館行事などで県産食材や旬の食材を使用した料理のおふるまい等をしています



農業まつりのおふるまい



野菜摂取状況チェック



健康フェスタでのおふるまい