

## 私たちと一緒に“食”について学びながら 健康づくりのボランティアをしませんか

このグループは「泉佐野市食生活改善推進協議会」略して「食改」と言っており、平成28年に50周年を迎え「私たちの健康は、私たちの手で」を合言葉に家族・地域の健康増進、生活習慣改善、減塩推進等の活動をしております。

また、食育推進運動として、子どもたちに食の大切さ、食べる喜び等、食を通して生きる力をはぐくむ健康づくりを推進しているボランティアグループです。



### 会員数

現在 29名

### 活動費

- 会員の会費
- 府からの事業ごとの補助金
- その他調理実習等参加費は実費徴収

### 会員募集方法

- 保健センターで行われる養成講座「ボランティア養成講座」受講者  
※ 希望者は随時入会OKです(入会后講座を受講)
- 会費は年間3000円
- 【お問い合わせ】
- 事務局：泉佐野市保健センター 463-6001

#### ◆月1回役員会(役員のみ)



#### ◆月1回定例会

- ・ 事務連絡
- ・ 企業からの料理教室やカロリー計算等勉強会
- ・ 各事業の企画・試作
- ・ 春と秋の健康ハイキング

#### ◆年1回国保基本健診時に

- ・ 基本健診時に生活習慣改善や減塩についてアドバイス



#### ◆社協との共催で

- ・ 男の料理教室
- ・ 子育て支援で手作りクッキーを配布

#### ◆その他

- ・ ヘルスサポータ21事業
- ・ 食に関する研修会や講演会参加

#### ◆食育の推進

- ・ 就学前の子どもと保護者の料理教室
- ・ 小学校低学年の子どもと保護者の親子クッキング
- ・ 小学校高学年の子どもの仲良しクッキング
- ・ 幼稚園の食育出前講座
- ・ 食育推進キャンペーンのイベント参加



#### ◆月1回2歳児歯科保健教室で

- ・ フードモデルやパネルと使っておやつとの与え方やカルシウムを多く含むおやつレシピを配布
- ・ 依頼があれば地域の健康づくりのお手伝い