



# 東区食生活改善推進員協議会

私たちは、“私たちの健康は私たちの手で”を合言葉に、地域の皆さんが健康な生活を過ごしていただけるように「食」を通してのボランティア活動をしています。現在、東区では男性5名を含む139名の推進員がいます。

毎年春に、保健センターで行われる養成講座を受けていただいて、全講座を修了した方に会に入っていただきます。料理教室を開いたり、地域の連町の行事やサロンのお手伝いをしたり、チャリティーバザーに参加したり、ウォーキングやお楽しみ会をしたり、親睦を深め楽しみながら活動しています。

私たちは、地域の皆さんのお役に立ちたいと活動しています。お手伝いできる事がありませんでしたら気軽に声をかけてください。

## ☆2019年の活動状況☆

- 1/12 およこ食育教室
- 1/18 お楽しみ交流会・研修会
- 2/1 スキルアップ事業(東陵高校)
- 4/23 総会・研修
- 6/6 養成講座開講式
- 6/26 ウォーキング
- 7/5 養成講座閉講式
- 7/26 食と健康懇談会
- 7/28 およこ食育教室
- 8/22 野菜料理教室
- 9/27 食生活改善展
- ” 盲導犬チャリティーバザー
- 10/10 魚料理教室
- 10/30 高齢者向け料理教室
- 11/15 乳和食料理教室
- すこやか食育支援事業(8回)
- 伝達料理講習会(各地区)
- 各地区事業
- 道・市の委託事業
- 道・市・区・他団体事業への協力



およこ食育教室

男の子も頑張っています



人参ジャムのロールサンド、かぼちゃツナバーグなど野菜たっぷりのお料理を作りました。おいし〜♡

