



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157名の推進員がおります。東区全体での活動と各地域での活動に、日々、努力をして頑張っています。

10月10日には、東区民センターで『減塩でめざそう健康長寿』をテーマに食生活改善展を開催しました。私たちの活動をパネルやレシピ配布等で紹介し、減塩料理の試食をしていただきました。同日開催の『盲導犬チャリティーバザー』にも毎年参加し、地元野菜や会員手作りの『タッピースコーン』を販売してその売上金を寄付させていただいております。

札幌市から委託された『すこやか食育支援事業』では、高齢者の方々に『元気で長生きの食生活』を学んでいただき、調理実習や会食も行い、心も体も元気になる時間を過ごしていただきました。

私たちにお手伝いできる事がありましたら気軽に声をかけてください。地域の皆さんのお役に立ちたいと活動しておりますし、皆様も私たちと一緒に活動してみませんか。

食生活改善展



盲導犬チャリティーバザー



すこやか食育支援事業



減塩でめざそう健康長寿



毎年、野菜料理・魚料理・乳製品料理・おやこ料理・男性料理・地域に広める伝達料理など、料理教室を数回行っています。

