



厚別区シンボルマーク



あつべつ

2009年8月号

	7月1日現在 ()は前月比
厚別区の人口	129,176人 (-32)
男	59,730人 (-10)
女	69,446人 (-22)
人口・世帯数	世帯数 55,033世帯 (+26)

厚別区総務企画課広聴係

〒004-8612
厚別区厚別中央1条5丁目
TEL 895-2400 内線224~226
FAX 895-2403

厚別区民のページ

食の大切さを伝えて



厚別人

書/映画監督 菅原浩志

地域での活動

厚別区食生活改善推進員協議会は、食の大切さを伝える活動をしているボランティア団体です。協議会の会長を務める一ノ宮さんは、地域で料理講習会を開催したり、市が主催する料理講座をサポートするなど、積極的に活動しています。

一ノ宮さんが推進員として活動を始めたのは、平成六年から。きっかけは地域の方から食の大切さを広める活動があると聞き、「当時は義父と同居していたこともあり、健康のために食事の大切さを感じていたので参加しました」と話します。地域で開催する料理講習

バランス良く食べる

「健康のためにも、食事はバランス良く摂ることが大事です。講習会では、栄養バランスはもちろん、さまざまな素材を無理なく食べられるように工夫していますので、ぜひ参加してみてください」と話します。一ノ宮さんは、これからも食の大切さを地域へと伝えていきます。



7月に開催した料理講座では、厚別産のレタスやニラを使用した厚別丼などを作りました。

厚別区食生活改善推進員協議会会長

一ノ宮 多喜子

Profile (プロフィール)

いちのみや・たきこ
ボランティア団体「厚別区食生活改善推進員協議会」の会長を務める。地域で料理講習会などを開催し、食の大切さを伝えている。71歳。

