



# 東区食生活改善推進員協議会

東区食生活改善推進員協議会（通称東区食改）は、「私達の健康は、私達の手で」を合言葉に、地域の方を対象とした『料理教室』や、年に1度開催している『食生活改善展』などを通して、食を通じた健康づくりや食の大切さを伝える活動をしている、全国組織のボランティア団体です。

チャリティーバザーに参加したり、連合町内会や福まちなどの事業に協力するなどし、地域のお役に立ちたいと活動しています。

## 令和7年度主な活動状況

- 令和7年度定期総会・研修会（4月）
- サッポロさとらんど 食育講座講師（6・9月）
- 男性料理サークル 講師（6月～3月 計6回）
- 親子料理教室開催（8月・1月 計3回）
- 高齢者向け料理教室開催（10・11月 計3回）
- 高齢者向け低栄養予防教室 講師（7～1月 計6回）
- 推進員交流事業 ウォーキング（9月）
- 東区食生活改善展（9月）
- 東区ひがしく健康・スポーツまつり協力（10月）
- 東区防災訓練協力（12月）
- 東区食改善だより（第36号）発行（3月）
- 推進員を対象とした研修会  
（乳和食料理講習会、おさかな料理教室、  
プロから習う料理講習会 等）
- 各地区での活動（随時）
- 東区食改レシピ集「タッピーレシピ」作成



東区食生活改善展の様子



## 一緒に活動しませんか？

### ～食生活改善推進員(通称食改さん)になるまでのスケジュール～

養成講座受講（毎年6月頃開催） ➡ 協議会に入会 ➡ 食改さんとして活動開始

※入会に際し、年会費1,200円がかかります。

ちょっと興味が  
あるんだけど・・・

子どもから大人まで、幅広い世代の方に食の大切さを広めるため、仲間と楽しく活動しています。



## お気軽にお問合せください

養成講座や活動のイメージがわからないなど、お気軽にご相談ください。

問い合わせ：東保健センター（管理栄養士） TEL 011-711-3211