

地域に根差して～北区食生活改善推進員協議会

北区食生活改善推進員協議会 会長 いしい やすこ 石井 泰子

【会のあゆみ】

昭和49年北区誕生に合わせて、北区食生活改善協議会が会員十数人で発足し、平成26年で40周年を迎えました。その後、昭和51年度から札幌市が、各区で食生活改善推進員養成講座を開講し、現在に至るまで、会員養成と育成にご尽力いただいています。



食生活改善推進員養成講座 開校式



食生活改善推進員養成講座 平成26年度修了

この養成講座により会員数は増え、北区では現在推進員274名と、市内で最も大きな協議会に成長しました。

また、当初女性のみだった推進員に男性が加わるなど、時代の変化の中で、「食改さん」という愛称で少しずつ会の活動の幅を広げてきました。「私たちの健康は私たちの手で」の全国推進員のスローガンのもと、自分、家族、お隣さん、お向かいさんなど、地域の健康づくりを一步一步すすめるという活動理念は発足当時から変わらず引き継が

れています。

時代とともに人の価値観やニーズは変わりますが、「食は命なり」の言葉で示されるように食生活は健康に生きるうえで一番大切なことと思います。しかし、忙しい現代においては、朝食を食べないで通勤・通学する、あるいは毎日の食事に主食・主菜・副菜がそろわない、子どもが一人で食事をする、といったように、一番大切な「食」を忘れがちになっているように感じています。そのような現状の中で、自分で学んだことを実践し、まずは自分が生き生きと輝き、健康の輪を楽しく地域に広めていくことが私達ボランティアに課せられた使命だと思っています。

ボランティア活動は楽しくなければ続きません。私たちは仲間を大切にし、お互いを支えあい、共



定期総会

に学びあいながら、元気で長生きを目指してさまざまな事業を地域で展開しております。

【地域での独自事業】

本協議会は、区民に健康的な食生活を提案する「食改善展」、未来を担う子どもたちや若い親へ食の楽しさとおいしさを伝える「おやこ料理教室」、区内の各地域でおいしく健康的な料理を紹介する「地域伝達料理講習会」、推進員の研修である「社会見学」や「運動研修」など独自で実施している事業が多数あります。

【委託事業・協働事業】

独自事業に加え、高齢者を対象とし、介護予防センターと協力して実施する「すこやか食育推進



おやこ料理教室で作った料理
(下に敷いているのは食育ランチョンマット)



地域での活動(すこやか食育支援事業)



食改善展



社会見学



運動研修



設立40周年記念講演

事業」や、おやこ料理等の「食育推進事業」など、札幌市から委託されている事業にも取り組んでいます。また、北保健センターとの協働開催や事業への参加・協力など、子どもから高齢者まで幅広い活動を心がけて活動しております。

【協議会の今後について】

平成26年度、地域の皆さまに支えられ、設立40周年を迎えました。札幌市の健康づくり基本計画の目標にも掲げられています「健康寿命の延伸」、「健康格差の縮小」「すこやかに産み育てる」を食生活改善推進員の視点で取り組み、50年、60年、100年と地域に根差した団体として活動が続けられ

るよう、今後も楽しみながらがんばっていききたいと思います。

ご自身やご家族の健康づくりのためにぜひ推進員養成講座と一緒に学んでみませんか。若い世代や男性など、老若男女問わず、私たちの活動にご理解いただき、私たちと一緒に活動して下さる方が一人でも増えることを願っています。

○お問い合わせ

北保健センター

TEL.011-757-1181



設立40周年式典