

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

食生活改善料理地域伝達講習(健康づくり料理講習会)事業

事業概要

市より事業委託を受けた富士見市食生活改善推進員協議会が、地域の公共施設において、地域住民を対象にバランス食や適塩料理を、調理実習等を通して普及啓発する。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算(平成29年度)
735人(見込み)、30万円
- 事業の委託(平成29年4月)
- 参加者の募集(平成29年5月～平成30年2月)
- 「健康づくり料理講習会」の準備(平成29年5月～平成30年2月)
講師となる食生活改善推進員は、本番に向けた調理実習を含む講習(リーダー講習会)に参加し、バランスや塩分、カロリー等を考慮した献立と、健康づくりのためのミニ講話(情報の伝え方)を学ぶ。
- 「健康づくり料理講習会」の実施(平成29年5月～平成30年2月)
食生活改善推進員が活動拠点とする公共施設ごとのグループに分かれ、各々の会場で、「健康づくり料理講習会」を実施し、調理実習、献立の説明(食事バランスガイド使用)、健康づくりのためのミニ講話を実施する。若い世代の食生活改善推進員、参加者のために保育を付けて実施する。

事業効果

- 保育を付けて実施することにより、健康に関心の低い若い世代への本事業の普及効果が期待できる。
- 食生活を通して、健康づくりに取り組むきっかけとなっている。
- 食生活改善推進員の知識やスキルの向上につながり、当事業で得たノウハウを食生活改善推進員の自主事業へ還元でき、地域への波及効果が高まる。

その他

- 若い世代の食生活改善推進員の不足、参加者が固定化している会場があることが課題であり、今後の検討と工夫が必要である。