

食生活改善推進員になりませんか？

食生活改善推進員とは？

食生活改善推進員（愛称はヘルスメイトといいます。）は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、地域の中で食生活改善をとおして健康づくりのためのボランティア活動をしています。

麻生区では60名程度の食生活改善推進員が活動しています。

活動内容・活動風景

行政、住民や地域他団体と連携し、乳児期から高齢者の方まで幅広い年代を対象に料理教室の開催などの活動を行っています。

・行政（区役所）と連携した事業

健康づくり推進連絡会議、食育推進分科会、デイケアなど

・麻生区食生活改善推進員連絡協議会の自主事業

万福寺人参試食会、華陽会（視覚障害者料理教室）、地域高齢者の会食・配食支援など

・（財）日本食生活協会からの委託事業

おやこの食育教室、男性のための料理教室、生涯骨太クッキング、減塩推進スキルアップ事業、やさしい介護食教室、食育キャンペーンなど

・川崎市食生活改善推進員連絡協議会の事業

お口の健康フェア、川崎市立看護短期大学文化祭、介護いきいきフェア、介護予防いきいき大作戦啓発イベントなど



男性のための料理教室

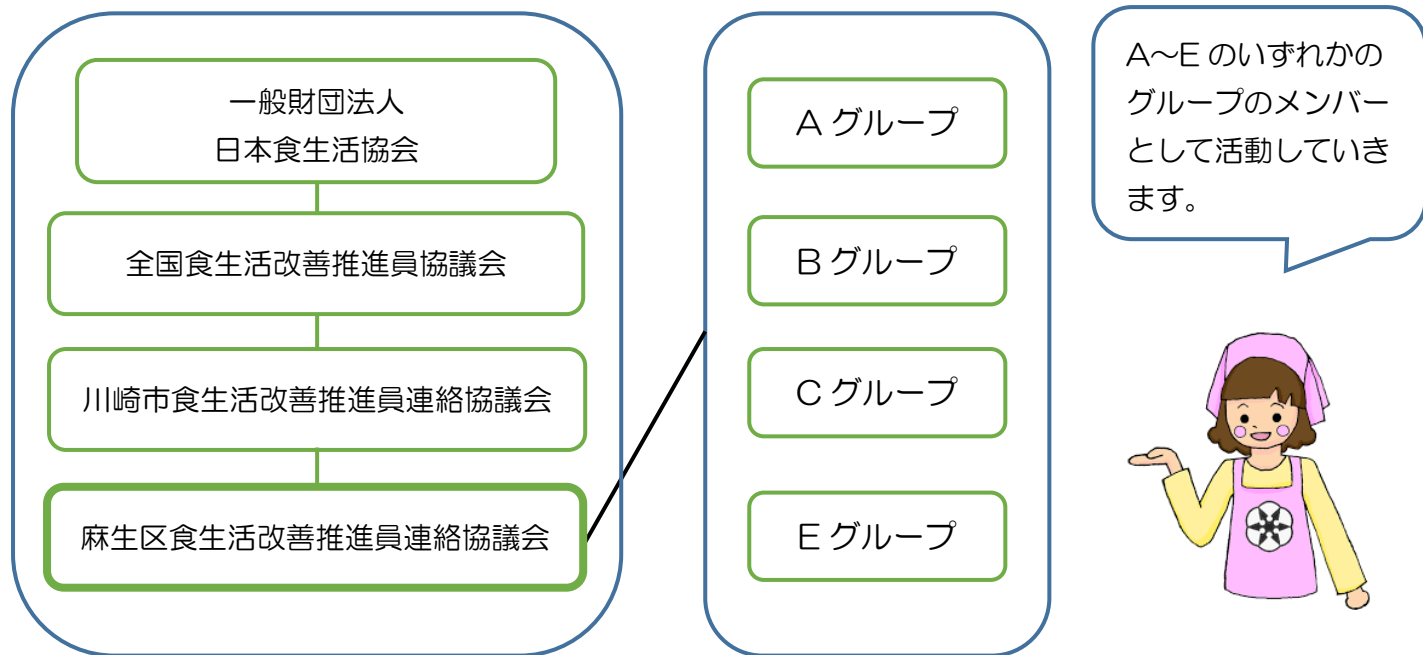


生涯骨太クッキング



おやこの食育教室

どんな組織？



活動日

教室・イベント等の開催とは別に、各グループ月 1 回活動日（学習会）があり、料理教室の準備（レシピ作成や試作）や栄養士の講話を行っています。活動日の活動場所は原則区役所の栄養室です。

グループ	活動日	居住地区
A	第2火曜日	（王禅寺、白山、虹ヶ丘、片平、岡上、栗木、栗木台）
B	第2金曜日	（向原、千代ヶ丘、万福寺、金程、白鳥、黒川、五力田）
C	第3木曜日	（高石、細山、多摩美、百合丘、東百合丘）
E	第1火曜日	（王禅寺、白山、上麻生、下麻生）

学習会や各種研修会などフォロー体制も充実！まずは学習会に参加してみるだけでもOKです！



新人歓迎会（料理教室）やバス旅行など楽しいイベントもあります！

会費について

食生活改善推進員連絡協議会では年に 1 回会費を会員のみなさんからいただき、会を運営しています。

※日本食生活協会からの委託事業や行政と連携する事業等の中には予算がついているものもあります。

年間 1,500 円 （内訳）麻生区：500 円 川崎市：1,000 円