

令和元年5月14日（火）コスモスプラザ保健館にて筑前町食生活改善推進員会総会及び学習会を開催いたしました。新たに2名のメンバーを迎えて7年目のスタートです。今年度のテーマは「地産地消で健康料理」をもとに活動を進めていきます。昨年同様、3歳児健診、住民健診時の「適塩味噌汁」提供、健康出前講座と新たに「男性料理教室」をリブラで行う計画です。その他いろんな研修には積極的に参加し、住民の皆様の健康を応援できるように活動を行っていきます。



#### ～学習会～

「食生活改善推進員の活動と福岡県の健康づくりについて」

福岡県北筑後保健福祉環境事務所

健康増進課健康増進係 松口 和子氏



#### ～食改善推進員の感想～

- ・食改善活動の大切さを再確認しました。減塩やカロリーだけでなく、高齢者にはロコモ予防や低栄養の注意も必要など世代に応じた対応が必要なことを学びました。
  - ・日頃から地域で触れ合い食事、健康に対していいアドバイザーになれるように食改善で活動していきます。
  - ・食改善活動の重要性、自分の健康だけではなく、地域の健康を守り皆を健康にしていく役割があると認識しました。資料も幅広く書かれていてとっても参考になり、この資料から町の取り組む姿勢が大事であると思いました。
  - ・少人数で効率良く住民への浸透を図るには、町を挙げての食改善のイベントをやって欲しいと強く思いました。そのためには、みなみの里での地産地消イベントがある時などチャンスではないか、又健康な食事や食などの展示品、常設コーナー等の食改善の意義がわかってもらえる場を増やして欲しい。
- 医療費や国民健康保険税など町の財政にも係わるのであればボランティアだけの活動ではなく、町を挙げて取り組む問題だと感じました。