

平成27年度

横浜町 食改だより

NO,33 発行日:平成28年2月18日

※食改:食生活改善推進員協議会の略称



8月～11月頃の主な活動紹介

自己学習編

町外研修

◆管内研修: 8/25 (火) 六ヶ所村



食改3名【木村・月舘・藤島】と栄養士が出席。骨粗鬆症や口コモ予防として、「牛乳乳製品」を使った調理実習を実施。他町村の食改と情報交換をし、交流を図るよい機会ともなりました。

食改12名【秋田・新渡・石崎・梅村・小川・木村・澤谷・杉山・月舘・仁和・藤島・三浦】と栄養士が参加。マルヨ水産(株)で、製造工程等の説明を聞き工場見学。主な製品は、練り製品(ちくわ、さつま揚げ等)、いか塩辛、しめ鯖、いちご煮等で、加工食品等原料は外国産が多いなか、マルヨ水産では日本魚を使用しており、安心安全・地産地消に尽力されていました。昼食は、厳選食材と調味料、無添加でおいしさと健康にこだわるビュッフェレストラン「旬菜食健ひな野」で食事をしました。

◆視察研修: 10/6 (火) 八戸市



10/13 (火) 町内第4回研修会

食改10名【新渡・梅村・小川・木村・澤谷・杉山・月舘・仁和・藤島・三浦】と栄養士が出席し、地区活動(小学校親子料理教室や地区健康教室等)に向けて調理実習等を実施。

子ども達がケガもなく楽しく料理できるように、おいしく食れるようにと、調理工程やレシピ等の試作検討を行いました。親子料理教室の様子は、次号でお知らせします!～お楽しみに♪



PR活動編

10/16 (金) ドック説明会での減塩・野菜摂取PR ～野菜は1日5皿目標



だしと具たくさんみそ汁で、減塩&野菜不足を補いましょう!



食改4名【秋田・新渡・木村・月舘】と栄養士【倉前・對馬】で2品の試食提供を行い、減塩と野菜摂取PR、栄養士による減塩指導等を実施。ドック説明会でのPRは初めての試みでしたが、32名の参加がありました。

あなたも私たちの仲間になりませんか? 食改に興味のある方はご連絡ください!

食改会長: 藤島 ☎78-2644

事務局: 役場 健康福祉課 ☎78-2111