

# 一宮市健康づくり食生活改善推進員コーナー

私たちは、一宮市健康づくり食生活改善協議会(一宮市の食育推進ボランティア団体)の一員で、通称は「食改さん」です。市の食育推進計画をもとに「1日に野菜350g以上を摂取しましょう」を第1の目標に掲げ、現在会員数 181名で楽しく市内の様々な地域で色々な食育推進活動をしています。

## 活動内容

〈市のお手伝い〉

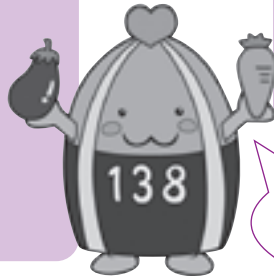
- ・ 離乳食教室
- ・ 幼児食教室
- ・ 栄養教室
- ・ 市民健康まつり 等

〈自主活動〉

- ・ 親子クッキング
- ・ ふれあい昼食会
- ・ エプロンシアター
- ・ おとなのバランス食
- ・ 食の知識を高めるための勉強会 研修会
- ・ 他市との交流会 等

## お知らせ

次号9月1日発行号に平成27年度の食生活改善推進員養成講座の案内を掲載します。私たちと一緒に楽しくボランティア活動を行ってみませんか。ご応募お待ちしております。



ピンクのエプロンやTシャツを見かけたら、「食改さ〜ん」とぜひ声をかけてくださいね。

## 市民健康まつり



小さな大豆、おはして上手につかめるかな？

どきどきするね。いざ真剣勝負！

## 親子クッキング



おなかのなかの腸の長さはどれくらい？

こんなに長いのがビックリ！

## ふれあい昼食会



みんなで楽しく食事をしましょう

お弁当がとってもきれいでおいしいわ

## 他市との交流会



一宮市ではこんな活動をしています

色々な情報を交換したいです