

北本市食生活改善推進員協議会

●団体紹介

「私達の健康は私達の手で」のスローガンのもと、調理講習等を通して、減塩、薄味、野菜たっぷりの食事の大切さを伝え、自身と家族や地域の人達の健康づくりに貢献することを目指して活動しています。（市、健康づくり課に事務局あり）

設立年月日 昭和47年6月15日

会員数 65人

●活動内容

北本市全域からの10班65名で構成。40歳代から70歳代のメンバーが毎月調理実習に参加。食育や生活習慣病予防のための減塩、バランス食、薄味、野菜たっぷりの料理の普及に努めています。また、ウォーキングや運動講習、研修旅行等で会員の親睦をはかっています。

<市民向け料理教室> (年間)

親子料理教室 5回

男性料理教室 1回

米粉利用料理教室 1回

地区伝達料理教室 7回

(ヘルスアップ調理講習)

<会員研修> (年間)

養成講座 3日間

会員調理実習 10回

<その他>

北本まつり参加

レシピ集「ヘルスアップクッキング集」発行

会員の対話活動により食生活の改善をすすめています。

他の団体や市民の要請により調理講習に出向きます。