

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

## 食生活改善料理地域伝達講習(健康づくり料理講習会)事業

## 事業概要

市より事業委託を受けた富士見市食生活改善推進員協議会会員が、地域の公共施設において、市民を対象にバランス食や薄味料理を、調理実習等を通して普及啓発する。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算(平成27年度)  
1,064人(見込み)、26万5千円
- 事業の委託(平成27年5月)
- 参加者の募集(平成27年4月～平成28年2月)
- 「健康づくり料理講習会」の準備(平成27年5月～平成28年2月)  
「健康づくり料理講習会」で講師となる食生活改善推進員は、「健康づくり料理講習会リーダー講習会」に参加し、当市管理栄養士の作成したバランスや塩分、カロリー等を考慮した献立と健康づくりのためのミニ講話を、調理実習等を通して学ぶ。
- 「健康づくり料理講習会」の実施(平成27年5月～平成28年3月)  
食生活改善推進員が各グループの活動する公共施設において、「健康づくり料理講習会」を実施し、調理実習、献立の説明(食事バランスガイド使用)、健康づくりのためのミニ講話を実施する。

## 事業効果

- 各会場ほぼ定員に近い参加があり、市民の本事業に対する需要が高い。
- 健康づくりに向けた食生活に関する意識を高める一因となっている。
- 食生活改善推進員の知識やスキルの向上につながり、この事業で得たノウハウを食生活改善推進員の自主事業へ還元でき、地域への波及効果が高まる。

## その他

- 食生活改善推進員の養成と高齢化、参加者が固定化している会場があることが課題であり、今後の検討が必要である。