

越谷市食生活改善推進員協議会

創立 昭和46年11月 年会費 4000円 推進員数 23人

1 活動目標

- ① 健全な食生活や生活習慣の定着を図るために、地域に実践の輪を広げましょう。
- ② 第2次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画「いきいき越谷市21」の目標に向かって普及に努めましょう。
- ③ 食文化を次世代に継承し、地産地消を推進しましょう。
- ④ 私達の仲間を増やしましょう。



2 実践目標

- ① 食育で健康長寿の街づくりを目指しましょう。
- ② メタボリックシンドローム予防のための普及活動をししましょう。
- ③ 食事バランスガイドの普及に努めましょう。
- ④ 運動習慣を定着させるため一日1000歩増やしましょう。
- ⑤ 年に一度は進んで健康診断を受けましょう。
- ⑥ 推進員手帳をつけて活動の記録を残しましょう。

3 令和4年度活動状況

① 役員会	7回	② 学習会	2回
③ 会員研修	10回	④ 糖尿病予防教室	3回
⑤ 生活習慣病予防教室	7回	⑥ 骨粗鬆症とロコモ予防教室	4回
⑦ 地産地消教室	3回	⑧ 親子料理教室	6回
⑨ 介護食料理教室	1回	⑩ 越谷市イベントへの参加	1回



4 会の特徴

令和4年度は、昨年度に引き続き感染症対策を徹底しながら、計画していた事業を全て実施することができました。そして、会員一人ひとりが個々のレベルアップを図るため学習会の実施、また、会員相互の連携を密に取り、会のスムーズな運営を図りました。

今後も会員間の意見交換を行いながら和気あいあいと楽しく活動します。