

こんにちは！ 富士市食生活推進員です



富士市食生活推進員会は、「食」を通じて健康や食育を広めるボランティア団体です。
現在男女併せて81名の会員が各地区で活躍しています。(令和5年4月現在)

★私たち食生活推進員はこのような活動を行っています★

健康クッキング
市内まちづくりセンターで
小学生を対象に食事作り
を行います

食に関する普及啓発
市民向けに市が主催するイベントや地区文化
祭等で、レシピの配布や健康的な食習慣に関
する情報を発信します

活動風景①～講座の様子～

小学生対象講座
ピザ作り

テーマ
主食・主菜・副菜をそろえよう



「食」の楽しさ・大切さを伝えられる充実した講座となるよう
食生活推進員が参加者をサポートします

※講座や健康クッキングは、事前に研修会で手順の確認を行い実施しています。

活動風景②～普及啓発～



↑イベントの食育コーナーでの啓発

→高校では文化祭での
普及啓発や一緒に調理実習

←「野菜丸ごと使い切りレシピ」を市内産直市やスーパーの売り場に設置させていただいています。

●地域に広めるために研修会を実施しています

食生活推進員の主な活動の一つは研修会への参加です。食生活推進員として活動するために、研修会に参加して健康食の知識を深め活動に役立てます。

年間8回の研修会は、調理実習のほか、食育のこと、講師を招いての研修会があります。研修会で学んだことを地域での普及啓発活動に活かしています。

研修会の様子

講座で教えるメニューは研修会で作ってみます



あなたも一緒に活動してみませんか？

問い合わせ

富士市地域保健課
食生活推進員会事務局
電話67-0201