

活動紹介 札幌市食生活改善推進員協議会

私たちの健康は私たちの手で
～のばそう健康寿命 つなごう郷土の食～



札幌市食生活改善推進員協議会

1

札幌市食生活改善推進員協議会の活動方針

●重点目標

「健康さっぽろ21(第二次)」と「第3次
札幌市食育推進計画」を推進しましょう

●活動目標

＊朝食を食べよう

＊野菜を多く、うす味の推進

＊栄養成分表示を推進しよう

＊「さっぽろ食スタイル」を推進しよう



2

親子
対象

親子料理教室



3

高齢者
対象

すこやか食育支援事業

【内容】高齢者の栄養の話、簡単な調理実習

【この日の献立】

- ・一口ピザ
- ・わかめスープ



*現在は、簡単調理と試食なし

4

**区民
対象**

食生活改善展



**推進員
対象**

定期総会・冬期研修会



各種料理教室



伝達料理講習会





新聞等にレシピ掲載・札幌市への協力

●お弁当レシピコンテスト (中学生・高校生対象)

札幌市食生活改善推進員協議会会長長賞



●北海道新聞にレシピ掲載 (許可を得て掲載)

掲載数:令和2年10回、令和3年9回、令和4年も掲載中!



●広報紙にレシピ掲載



●テレビ局の取材



コロナ禍での活動① (レシピ集の作成)



コロナ禍での活動②

新型コロナウイルス感染症の影響により、活動の制限がありますが、感染状況をみながら、「新しい生活様式」を取り入れ、調理実習や試食を控えて教室等を実施しました。

●参加者の感想

- ・みんなで勉強できてよかったです。
- ・楽しかった。参考になりました。
- ・食事の事を考える時間がよかったです。
- ・栄養満点で簡単レシピをありがとうございました。ぜひ作ってみたいと思います。
- ・調理実習がなくても今日の活動に参加ができ大変良かったです。



などの感想が寄せられました。

9

札幌市食生活改善推進員協議会の活動紹介

これからも「私達の健康は私達の手で～～のぼそう健康寿命つなごう郷土の食～」をスローガンに、地域に根差した活動を行います。

ご清聴ありがとうございました。



10