

## 金沢市食生活改善推進協議会②

テーマ 及び目的	食生活改善推進員による食育活動事業
対象及び 参加人数	リーダー研修会（食生活改善推進員 20 人）地域食育教室（地域住民 16 人）
実施日	令和 4 年 9 月 7 日（水）、10 月 7 日（金）、令和 5 年 3 月 9 日（木）
実施主体	金沢市食生活改善推進協議会
会 場	金沢市保健所、金沢市ものづくり会館、泉野福祉健康センター
スタッフ	金沢市食生活改善推進員、保健所管理栄養士
内 容 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活改善推進員（ヘルスマイト）を対象に、管理栄養士を講師とした減塩や健康的な家庭料理に関する講話と調理実習を伴う研修会を実施した。</li> <li>・地域住民を対象に減塩等の健康を保つための家庭食を普及するため、味覚チェックや塩分測定等の演習、減塩レシピの調理実習を行った。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div>
成 果	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者からの質問も積極的で、家庭で取り組む意欲を感じられた。</li> <li>・調理実習は喫食せず持ち帰りとし、短時間での開催で効率よく学びを深めることが出来た。</li> </ul>
今後の課題 感想等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩と健康的な食生活（バランスの良い食事等）の推進に向けた取組を継続していきたい。</li> </ul>