

牟岐町ヘルスメイトについて

牟岐町食生活改善推進協議会 [徳島県海部郡牟岐町]

代表者氏名

会長 石本 知恵子

連絡先

事務担当：事務局 林 みさき（管理栄養士）

住所（所在地）：〒775-0006 徳島県海部郡牟岐町中村字本村 7-4（事務局：牟岐町役場 健康生活課内） 電話：0884-72-3417 FAX：0884-72-2716

自己紹介コメント

私たち牟岐町食生活改善推進協議会は、全国展開している食生活改善推進協議会の一員で、食生活を中心とした健康づくりをボランティアですすめています。

会員は、「ヘルスメイト」の愛称で親しまれています。地域の皆様に、いつまでもすこやかに過ごしていただくお手伝いが少しでもできますよう、活動をすすめています。

健康に関する学習の場を定期的に設け、学んだことを地域の方へお伝えしたり、各種健康づくり事業等を行っています。

特に、子どもの食育に力を入れ、食育劇、フードモデルの製作等、会員が力を合わせ楽しく活動をすすめています。

中国四国農政局ホームページより

<https://www.maff.go.jp/chushi/syokuiku/kaiinjoyouhou/6-1-2.html>

食生活改善推進員（ヘルスメイト）について

市町村単位、保健所単位、県単位、全国組織とありピラミット型の構成です。

わが家の食卓を充実させ、地域の健康づくりを行うことから出発した食生活改善推進員は、「食生活を改善する人」を意味します。豊かな感性と知性と経験が一人ひとりの力となり結集され、“私達の健康は私達の手で”をスローガンに、食を通した健康づくりのボランティアとして活動を進めてきました。

平成 9 年になると地域保健法が施行され、食生活改善推進員の養成を含む「婦人の健康づくり推進事業」が一般財源化され、地方交付税に組み込まれました。

「家族」、そして「お隣りさん、お向かいさんへ」と働きかけ、仲間とのふれ合いを通じて、地域ぐるみのよりよい食習慣づくりを始めます。この“草の根運動”が食生活改善のための地区組織活動となり、お互いの交流を深め、問題解決に向かって協力し合い、人と人とのつながりの輪が広がっていくことでしょう。

食生活改善推進員の活動

①食育の推進と普及、啓発 ②食事バランスガイドの普及、啓発 ③健康日本 21 の推進

<https://www.shokuseikatsu.or.jp/kyougikai/index.php>