

食生活改善推進員について

1. 食生活改善推進員とは

地域で食を通して、健康増進のためのボランティア活動を行っている方々で、“食改さん（しょっかいさん）”の愛称で親しまれている。

2. 資格要件

- ①市・町が実施する「食生活改善推進員養成講座」を受講し、所定の単位を修了する。
- ②各市・町協議会へ加入し、ボランティア活動を行う。

3. 主要な活動内容

- ・ 野菜摂取や減塩の啓発
- ・ 育児サークルでの手作りおやつの普及
- ・ 高齢者ふれあいサロン（地区社協主催）での食事の提供や実習
- ・ 公民館、老人クラブなどの依頼による料理教室の実施
- ・ がん検診、特定健診の受診奨励活動 など

※令和5年度活動実績

活動件数（延べ）： 35,808 回

指導人数（延べ）： 169,097 名

4. 県内の食生活改善推進員数

R6.4月現在：2,350名（うち男性33名）

5. 長崎県食生活改善推進協議会

- ・ 設 立：昭和63年10月25日
- ・ 所 在 地：県国保・健康増進課内（事務局）
- ・ 会 長：森 美恵子（長崎市食生活改善推進協議会会長）