

## 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）での食事の提供や調理実習
- ・公民館、老人クラブなどの依頼による料理教室の実施 など

#### ※令和6年度活動実績

活動件数（延べ）： 36,865 回

指導人数（延べ）：192,807 名

### 4. 県内の食生活改善推進員数

R7.4 月現在：2,243 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）