



食生活改善推進員養成コースの授業風景

◆ごみ処理場見学（つるおかエコファエアとくるりん館）

◆食中毒予防講話



他にも、運動や調理実習、カロリー計算など、指定のカリキュラムに沿って学習します。



養成コース修了後は、「三川町食生活改善推進協議会」へ入会いただき先輩推進員と一緒に普及活動（ボランティア）をします。



令和6年度の三川町食生活改善推進協議会活動

・三川町の会員数69名 ・年会費1,000円
（庄内地域の会員数：鶴岡市355名 酒田市294名 庄内町35名 遊佐町73名）

☆男の料理教室

参加者の感想：食改さんの料理は、健康に配慮してあるので安心して食べられます。



☆食のおしながき（広報みかわ）



☆みかわ秋まつり

「自分の身体は自分で守ろう」のポスター展示とレシピ配布を行いました。



☆年長児おやこクッキング

保護者の感想

食改さんのサポートがあり、安心して子どもと、料理することができました。



☆産直にポスター展示とレシピ紹介

野菜摂取向上と健康情報の発信



☆行事食料理教室



参加者の感想

小豆や青豆の茹で時間やポイントを丁寧に教えてもらえてよかった。



赤飯



はりはり大根漬け

☆各町内会ミニ健康まつり



野菜たっぷり健康弁当作り



減塩や野菜摂取についてミニ講話

☆のぼそう健康寿命教室

(成田新田サロンへ協力)



会員研修会

☆町外研修会 (年1回)

鶴岡市

「庄内浜の豊かな魚について」



☆町内研修会 (年1回)

講師：味の素ファンターション

内容：災害食作り



メニュー

桜えびと揚げ玉のおにぎり・大豆缶とツナのマリネサラダ・切干大根とほたて缶の一味マヨ和え