



地区活動の紹介



【令和6年度 福島市食生活改善推進員協議会総会】



5年ぶりに会員全員が集まる総会が開催されました。
総会では、今年度の活動目標の確認や昨年度行った各グループの活動の振り返りをしました。
今年度は83名のヘルスマイトが各地域で食のボランティア活動をしていきます。

【中央第四地区】



【子育てサロン うめむすび】

月に1回、AOZで開催しています。
5月は地域の歯科衛生士の方から歯みがきについてお話がありました。
ほかに、いつもより大きな絵本を使った読み聞かせでは、子どもたちは興味津々でお話を聞いていました。

【信陵地区】



【離乳食講座】

0歳児のお子さんのいる親子を対象に、栄養士から離乳食の講話がありました。
実際の離乳食を見たり、固さを確かめたりすることで、月齢に応じた離乳食の形態について確認することが出来ました。

【清水地区】



【清水生きがいサークル】

保健師と管理栄養士から、「栄養成分表示の活用」についてお話をしました。
普段、私たちが手にする商品の中に塩分や脂質などがどれくらい含まれているのか、実際の食品を手にして見比べながら確認することが出来ました。