

あやべボラセン ボランティアのわ

No.83

おいかせ

綾部市食生活改善推進員協議会

うえの さえこ
上野 佐恵子さん(69)



皆様こんにちは。私たちは綾部市食生活改善推進員協議会「食改さん」の愛称で呼ばれ、ボランティア活動の精神で活動しているグループです。

42年前に発足し、現在の会員は119名で、綾部市内の地区全域にわたって活動しています。

「私達の健康は私達の手で」のスローガンを合言葉に、ご近所やお友達に学んだ事を伝えたり、各地区での料理教

室や、保健福祉センターで開催される食事に関する教室に参加して健康づくりの輪を広げていますが、会員も高齢化が進み行事に参加できない人も増えてきました。

今年度は12月5日開講式で「食生活改善推進員養成講座」が開催されます。食改のボランティア活動を実践してくださる、概ね65歳位までの皆様を募集しています。御一緒に活動出来ます様、会員一同お待ちしております。

情報板

食生活改善推進員養成講座 受講生募集 ※男性も大歓迎!

- ◆日時 12/5(月)、12/19(月)、1/16(月)、1/25(水)、2/3(金)、2/22(水)、3/3(金)
- ◆内容 講話や調理実習など全7回(30時間)
- ◆場所 綾部市保健福祉センター ◆受講料 調理実習時1回500円
- ◆問い合わせ 綾部市保健推進課 ☎42-0111 ◆申込期限 11/15(火)

あやべボランティア総合センター TEL:40-1388 FAX:40-1389