



パートナー活動の紹介コーナー

大阪市食生活改善推進員協議会（ヘルスメイト）

平成25年度の大阪市食生活改善推進員協議会の活動テーマは「野菜たっぷり 減塩生活はじめませんか」です。

食塩摂取量を減らすこと、野菜をたくさん摂ることにより高血圧・心臓病などの生活習慣病のリスクを下げるということがわかっています。

各区の講習会や食育展など、いろいろな機会に減塩について、野菜の摂取についての食育活動をすすめていきます。



株式会社 日本食糧新聞社 関西支社 ふれあいビジネス事業局

2月17日(日)に「たいしょう愛ランド」に食のふれあいゾーンとして参加しました！

大正区民を中心とした多くの方々和小売店・食品企業6社と一体となって地域の活性化、コミュニケーションを深めることができた楽しいイベントで、2,000人の来場があり大盛況でした。

問合せ先：
TEL 06-6314-4181



NPO 法人 日本いきいきらいふ協会

協会活動のひとつにセミナーなどの講演を行っています。

2013年度には、東洋医学とアーユルヴェーダからみた体質別食事のお話などの講座を予定しています。

詳しい日程など決まり次第、ブログにてお知らせしますのでご確認ください、ぜひご参加ください。その他にも活動報告や予定などをホームページ・ブログにてお知らせしていますので、ご覧ください。



各団体などの「広報誌」や「情報紙」の編集をします。

問い合わせ先：
TEL 06-6371-2226
URL <http://nipponikiikiraifukyo ukai.web.fc2.com/>

財団法人 大阪市女性協会

クレオ大阪女性総合相談センター

こころやからだの健康について相談できます。不安や悩みを感じたらお電話ください。女性相談員と一緒に考え、一步を踏み出すお手伝いをいたします。

電話相談 TEL 06-6770-7700
面談ご希望の方は総合相談受付番号からご予約ください。TEL 06-6770-7730
受付時間：火曜～土曜 10時～20時30分
日曜 10時～16時

一般社団法人 健康栄養支援センター

スポーツ選手のための食事(全3回)、美容栄養講座「カラダの中の美しくなるしくみ」(全6回)、中華点心本格生地づくり、ぐっすり眠るための栄養について学んでみよう、腸の働きをよくする食事、磨く!「食を選ぶ力」を開催しました。

今後も「かんたん♪栄養ひとりめし」や春休み企画「親子で楽しくパン作り」など栄養士による栄養講座や料理講座を開催予定。主にクレオ大阪中央。

問合せ先：TEL 06-6753-7486
URL <http://hns-japan.com>



此花区食生活改善推進員協議会

2月14日(木) 減塩味噌作り講習会を実施しました。

日本の伝統的な調味料である“みそ”を手づくりしました。豆炊きは、あくとりをまめにし、愛情をこめて作りました。初めて味噌作りをした方や、赤ちゃんをおぶっての参加の方など幅広い方達に参加していただきました。

また、味噌作りとからめての“減塩”のお話も興味をもってきてもらえました。



※具体的な内容は各団体まで、連絡先の記載がない団体は大阪市健康局健康推進部健康づくり課（06-6208-9961）までお問い合わせください。