

# かさま 市民力

このコーナーでは、市民の皆さんが自らの活動で地域貢献している団体等を紹介し、掲載を希望する団体は市民活動課へご連絡ください。

## 笠間市食生活改善推進協議会

代表者：海老沢まさ子  
(荒町)

設立：平成18年

会員：180名



笠間小児童クラブでのクリスマスケーキづくり（笠間支部）



保育園・幼稚園での食育活動【ペープサート】（友部支部）



保育園・幼稚園での食育活動【おにぎりづくり】（岩間支部）



海老沢まさ子さん（会長）より

### 正しい食習慣の定着を目指して

平成18年の新笠間市誕生とともに、旧笠間市、友部町、岩間町の食生活改善推進協議会が合併し、新笠間市食生活改善推進協議会が結成されました。親子料理教室、生活習慣病予防教室（メタボ予防）の市委託事業や各支部の継続事業を中心に、一つの目標に向かって活動がスタートしました。結成して3年が経過しましたが、各支部を中心に活動している状況の「真の一本化」に向けて、どう協議会が理想なのかを話し合い、「会員それぞれが活動に参加しやすく、やりがいがあり、明るい気持ちや前向きになれる会」という姿を打ち出し、それに向かって話し合いを重ねているところです。

### 健康の源は食生活から

私たちは、調理実習を通してたくさんのおもたちや地域の皆さんと接してきました。今は、お金を払えば食べたい物が何でも手に入り、お腹を満たすことができますが、毎日の食生活は？と考えてしまいます。生きることは食べること。今日・明日で結果は見えてきませんが、長い時間をかけて体に現れてきます。それだけに、毎日の食生活が大切になってくると思います。これからも食育活動、正しい食習慣の定着、そして地産地消を推進しながら食の活動を続けていきたいと思っています。



事業実施前の研修会（友部支部）



保育園・幼稚園での食育活動【エプロンシアター】（岩間支部）