

ありがとっ!

株式会社 山一

(本社・工場) 熊本市西区田崎町380 お客様係 TEL
(本店営業部) 熊本市西区田崎2-2-6-1F (096)322-7788

削りぶし一筋45年!

H28年度 (中央区154人) (東区128人) (西区87人) (南区115人) (北区138人) = 622人 + H29年度以内

食生活改善推進員養成講座、被災しながらもやっとこさ修了。」

スローガン
私たちの健康は
私たちの手

市政だより4月号を見て、4月5日に申込みその後地震。工場も被災し委託製造で経営もままならない中かなり迷いましたが、思い立って吉日で参加を決意。遅刻や外出などで迷惑をおかけしながらフォローをいただきなんと全6回修了、この春、晴れて『食改さん』デビューします。きっかけはおだし教室や講演会に「食改しています」という方の参加が増えたこと。「まずは自分のため家族のための健康維持活動で地域を食生活改善活動によって支えるのが食改さんです」という話を聴きながら、食や健康に対する意識の高さに感銘を受けた次第。(男性もいらっしゃるぞうだっ)

すこやかくまもと栄養セミナー 受講生募集

西区では、食生活改善推進員(ヘルスマイト)が、家族や地域の健康づくりを手伝うため、楽しくボランティア活動をされています。




先輩ヘルスマイトの皆さんと一緒に、健康づくりの輪を広げましょう。

日時 5月~来年1月まで(全6回)
場所 西区役所3階健康センター
内容 栄養・運動・休養など健康づくりに関するお話や調理実習など
対象 西区に住む18歳以上の方で、毎回参加し、修了後「食生活改善推進員」として地域で健康づくり活動ができる方
定員 20人(先着順)
申込み 4月5日から電話で西区役所保健子ども課へ

(2016.4月号市政だより)

- ① 食育の推進と普及、啓発
- ② 「健康日本21」の普及
- ③ 食事バランスガイドの普及
- ④ 健康ラミを文化と捉えた街づくり
- ⑤ 郷土料理を次世代に継承し地産地消を推進などー活動基本針

食生活改善推進員は「食生活を改善する人」を意味し食を通じた健康づくりのボランティアとして活動、別名「ヘルスマイト」「食育アドバイザー」とも呼ばれています。栄養のこと、病気のこと、献立調理実習、歯磨き講習などなど細かく盛り込まれており、嫁ぐ娘には是非学んでもらいたいです。興味がある方は市政だよりを要チェック!!

創業者兼会長兼  は長年糖尿病を患い、脳梗塞や網膜症で全盲、母はリウマチ、祖父母も糖尿病に高血圧症、兄はせいぜい... 今まで医療費をかなり使わせていただいた分、私の世代にしわ寄せがきて、私の世代の医療費を使うと息子の世代に大きなツケが回ってくるのは明らかです。そのツケが1円でも少なく、目指すは払わなくてよい! ところまでしてあげたいのです。だからまず自分が健康、家族が健康、子どもが大人になっても健康、健康維持ができる食生活をすることが大事だと考えます。今生まれた赤ちゃんには800万円の医療費借金を背負っているといわれています。膨大になる医療費を天然だしで減らしていきましょう!!

1伝承!おだし教室
11:00~13:00おぎ ¥1000

3/4(土) 22(水) ... 7(日) 満員御礼
3/7(火) 18(土) ... 卵豆腐 若干

無農薬大豆・米麹 大人気!

手作りみそ教室

(2.3kg程度)

3/29(水) 14:00~16:00

1人2,500円税込

6名の計. 申し込みはお早め!