

元気うわじまサポートバンク



元気うわじまサポートバンクは、「食育講師の人材バンク」です。地域や保育園・幼稚園・学校などが「健康づくり」や「食育活動」を行う際に、その目的にあった講師を紹介して皆さんの活動をサポートします。

●サポートバンク登録者

「元気うわじまサポートバンク」には、さまざまな知識や技術をもった個人・団体が登録しています。

◆健康と調理◆

健康的な生活を送るためにも自分の体に
関心を持ちましょう！

身体の健康を考えて食事や
運動のバランスについて教え
ます。



◆地産地消と食文化の伝承◆

安全・安心な地元の食材を使いましょう！

地元食材を使った簡単な
料理から本格的な郷土料理
を教えます。



◆食品の生産・加工・流通◆

自分たちの力で農産物の自給率を上げま
しょう！

農水産物の生産・加工・流通に
ついて教えます。



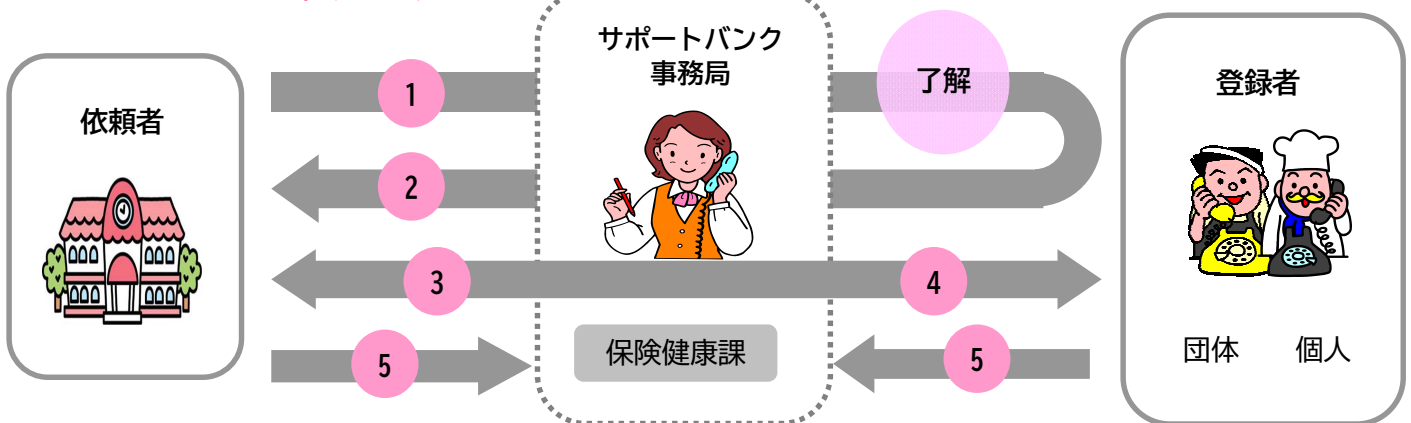
◆市民による健康づくり◆

自分の健康は自分の努力で維持しましょう！

子どもたちの食育・健康づくりに
ついて遊びなどを通して教えます。



●サポートバンク利用の流れ



1 利用申込みをします。〔 電話での申込みの場合→サポートバンク事務局へ連絡
申込書提出の場合→サポートバンク窓口、または FAX 〕

2 事務局から依頼に応じた登録者を紹介します。

3 依頼者は登録者と連絡を取り、活動の打ち合わせをします。

4 活動実施

5 依頼者・登録者はそれぞれ報告書をサポートバンク事務局へ提出します。

(アンケート形式の簡単なものです。)

申込書様式は
市役所 HP よりダ
ウンロードでき
ます！



詳しくは、[宇和島市ホームページ](#)をご覧ください。

元気うわじまサポートバンク

検索

【申込先・問合せ先】保険健康課サポートバンク担当 ☎24-1111 (内線 2179) FAX: 24-1124

●活動紹介

魚食についての学習

じゃこ天づくり、魚のさばき方、魚を使った調理実習、お魚クイズなど、登録者それぞれの方法で楽しい「魚食教育」が行われています。

【登録講師】

- ・愛媛県立宇和島水産高等学校
- ・スリーライズ ・遊子支所女性部
- ・シーフードマイスター ・魚食普及推進協議会
- ・じゃこてん製造、販売店 など



すり身を形作ります。うまくできるかな？



農産物についての学習

農産物の栽培から収穫までのお話、農産物を見たり触ったりする体験、農産物を調理して食べる体験など、楽しく地元の農産物について学ぶ講座が行われています。

【登録講師】

- ・農業後継者協議会 ・野菜ソムリエ
- ・ミマメンファーマーズ
- ・個人登録者 など



色々な野菜や柑橘！！名前は??



調理実習

「郷土料理」「バランス食」「防災食」など、希望するテーマで調理実習を行っています。また、和食、パン作り、味噌作りなどのプロも登録しています。

【登録講師】

- ・食生活改善推進協議会 ・宇和島友の会
- ・様々な技術を持った個人登録者



郷土料理を作って、食べてみよう！



この他、食育絵本を読み聞かせるサポート隊、宇和島の食文化を教える講師など・・・様々な人材が登録されています。

日々の活動に何か取り入れたいと思った時は、先ずは担当までご相談ください。

学校や地域、グループでの活動などに、ぜひご利用下さい♪

※材料費は依頼者の負担です。講師料については「ボランティア」と「有償」の方がいますので、お問い合わせください。