

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。

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。

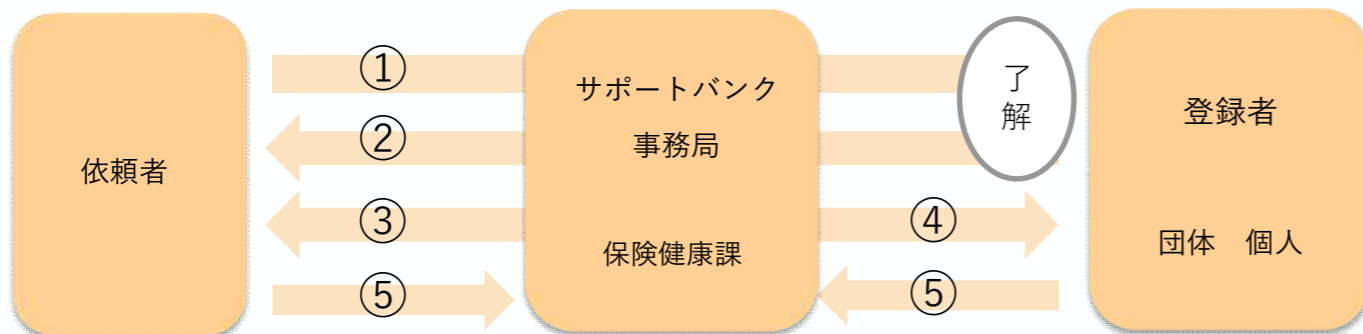
地産地消と食文化の伝承

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。

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。

利用の流れ



- ①利用申込みをします。
- 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。)
詳しくは市のホームページをご覧ください。



お問い合わせ

保険健康課サポートバンク担当
Tel 0895-24-1111(内線2123) Fax 0895-24-1124

活動紹介

魚食についての学習

じゃこてん作り、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」行われています。

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



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、見たり触ったりする体験、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



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。みそ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 など



この他、食育絵本を読み聞かせするサポート隊、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なと思ったときは、ま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、ぜひご利用ください。

