

みやぎ食育コーディネーター

氏名	市町村名	登録番号
高橋 麻理子 (たかはし まりこ)	仙台市	2117

所属する団体や資格等	
栄養士, 食生活改善指導担当者, (財)みやぎ婦人会館専任講師, 介護運動サポーター	
活動内容 (1 講話 2 料理教室・調理実習 3 エプロンシアター・紙芝居 4 イベント・講習会等企画 5 指導・相談 6 イベント補助・手伝い 7 体験・見学受入 8 その他)	
1 : 認知症の母と暮らして・・・ (母の介護の体験から認知症予防の食事と生活をお話します)	
1 : 魔法の献立を覚えてみませんか!! (ひと工夫するだけで病気知らずの献立に変身します)	
1 : びっくり!! 和食が無形文化遺産に (日常の中にある和食の魅力をお話します)	
8 : 笑ってかんたんカロリー運動 (笑っている内に 200~300kcal の運動が身につきます)	
2 : 炊飯器クッキング, 宮城の伝統食	
食育活動実績	
一言P R	
活動地域	希望対象
宮城県内	限定なし
活動可能日	
その他 (いつでも)	
その他	

150224 更新

