

# みやぎ食育コーディネーター

氏名	市町村名	登録番号
上野 由美子 (うえの ゆみこ)	登米市	1940

所属する団体や資格等	
栄養士, 登米栄養士会	
活動内容 (1 講話 2 料理教室・調理実習 3 エピソード・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 : 講話 (食のバランスについて), 講話 (食と健康について), 講話 (幼児期から高齢者, 食の大切について) 2 : 料理教室 (食のバランスや減塩 (塩エコ)), 男の料理教室 (食の自立), 親子クッキング (作って食べる楽しさ)	
食育活動実績	
○親子クッキング ○元気高齢者「健康講座」の講師 ○料理教室 (ミニ健康講話と実習)	
一言P R	
☆「食べることの大切さ」を幼児期から高齢者を対象に栄養のバランス・適量など, 地元の食材を使って, 簡単な家庭料理などを伝えていきたい	
活動地域	希望対象
居住市町村内	幼児, 小学生, 中学生, 高校生, 成人, 高齢者, 親子
活動可能日	
その他 (都合が合えばいつでも)	
その他	

