

みやぎ食育コーディネーター

氏名	市町村名	登録番号
阿部 和子 (あべ かずこ)	角田市	2402

所属する団体や資格等

野菜ソムリエ, 薬膳調理, 食べることの出来る花の利用でリフレッシュ空間演出, アロマ, 食品を生活用品に作りかえるエコ作品作り (エコクラフト), ラフターヨガリーダー, インストラクター, 中学校教諭, 防災士, 県防災指導員, 応急手当普及員, 防災食研究, 食べるアロマの研究, 飾り巻き寿司インストラクター, フラワーデザイナー (5種)

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)

2 : 調理活動を通して, 食材・食生活の大切さを学べる時間 (1 時間でもできる調理) を実践できます

1 : 中学生の食生活の現状をふまえ, 幼児期・成人期の大切さをデータのもと, また体験を組み込んだお話を実施します

3 : 人体のモデルを利用して, 食の流れ・食の大切さを全ての年代に伝える時間を実施します

食育活動実績

○先生方の研修会で調理実習・実験を含め, 食の大切さを伝える指導者を育てる活動を 13 年間実施 ○地域のヘルスメイトさん, プロの調理人と連携での授業を実施 ○防災に対する指導と防災食のあり方, 作り方の指導実施 ○地域防災講演会でのお話 (食と防災), 防災食作り (アドベンチャー) ○食べるアロマ (心の研修会) ○食と花のテーブルセッティングについてのお話 (地域行事に参加)

一言 P R

☆“食の大切さ”“命の大切さ”を痛感しています。その思いで食についてのあらゆる角度でのデータをもとにたくさんの人に伝えたいです。食と健康 (心の健康) を共に学びましょう。

活動地域	希望対象
宮城県内	限定なし
活動可能日	
土, 日, 休日, 夏・冬・春休み	
その他	

