

## NPO法人「すぎなみ栄養と食の会」

私達 NPO 法人すぎなみ栄養と食の会は、管理栄養士・栄養士としてその専門的知識、技術を生かす会員と、資格の有無でなく趣旨に賛同して入会された会員が、力を合わせて地域住民の健康増進・食生活向上のために、公共団体との協働を図りながら、「食事与健康づくり」をテーマに活動を続けております。

### 活動内容

1. 栄養相談(乳幼児から高齢者まで個人対応)
2. 料理教室 (高齢者・男性・親子・一般)
3. 高齢者・障害者への食事づくり支援
4. 健康講座 (幼児から高齢者まで)
5. 地域イベントの参加
6. 情報の提供・栄養媒体の作成と普及
7. 研修会等開催



野菜はかりゲーム  
荻窪地域区民センターイベントにて

- 平成元年 \* 杉並区在宅栄養士会として発足  
▲保健所の成人・乳幼児健診後栄養相談  
▲料理講習の講師・助手を担当
- 平成2年 ▲区内のイベント参加
- 平成3年 \* 杉並区さんあい公社高齢者配食サービス  
献立作成開始(9年間)昼食・夕食・おせち
- 平成4年 ▲小児生活習慣病予防健診「栄養相談」
- 平成7年・平成8年・平成12年  
\* 栄養改善学会で研究発表。
- 平成8年 \* 「たんぽぽの会」(地元有志企画)、料理講習  
と高齢者の会食支援を開始  
\* 訪問栄養指導開始  
▲開業医院における栄養相談開始
- 平成10年 \* 創立10周年記念あゆみ記念誌発行
- 平成11年 \* 児童館にて乳幼児栄養相談・おやつ作り
- 平成12年 \* オブリガード \* npoもも三ふれあいの家  
\* 老後をよくする会の献立作成食事作り開始
- 平成13年 \* 杉並区地域活動栄養士会に改名  
\* 区内飲食店ヘルシーメニュー推奨店の  
栄養アドバイザー開始
- 平成14年 ▲高齢者の健康のための食生活講座開始

\* 印は終了  
▲印は現在活動中

平成17年5月16日

特定非営利活動法人すぎなみ栄養と食の会設立

▲平成18年介護予防事業を区から依頼

▲ 杉並区食育推進ボランティア養成と  
食育推進事業開始

- 平成19年 \* 子育て応援券活用親子料理教室開始
- 平成20年 ▲ゆうゆう館 一般高齢者料理教室開始
- 平成21年 ▲杉並区長寿ポイント事業開始
- 平成22年 \* 5日間連続栄養展示、栄養相談 274人
- 平成23年 \* 男女平等推進講座・NPO支援講座等の全  
てで食塩1日男性9.5g 女性7.5gをテーマに
- 平成24年 ▲産前産後支援ヘルパー研修会
- 平成25年 ▲すぎなみ非常食研究部を立ち上げ  
「防災食レシピ集」作成
- 平成26年 ▲栄養満点サロン開始  
▲3世代親子料理教室
- 平成27年 ▲食塩1日男性8g,女性7g未満をテー  
マに健康な食生活の普及事業実施  
▲梅の会 男性料理教室

現在 その他 料理講習会多数実施中

**正会員を募集中!**

入会金

正会員 2000円

年会費

正会員 3000円

(資格の有無は問いません)

連絡及びお問い合わせは下記へお願いします  
事務局

〒166-0015 東京都杉並区宮前 1-14-9-202

TEL/FAX (03) 3335-4204

E-mail : korobokkuru703@syd.odn.ne.jp

<http://www.sugi-chiiki.com/eiyousk/>