

富士吉田市未病プロジェクト

平成29年度 「がん予防」からスタート

未病プロジェクトの考え方

- 【目的】 市民の方々の健康・長寿を食で支えること
⇒食による予防医療の実現(病気になりにくい身体づくり)
- 【対象】 子どもから高齢者まですべての市民
- 【内容】 単なる啓蒙活動ではなく、日常生活に根付かせる具体的な活動の実行を促す
⇒食べ方、作り方を学び、生活を改善する
身近で継続的に「体に良い食材」を購入できる環境整備

H29 未病プロジェクトを「がん予防」からスタート(知識・生活術)

①知る

講演会や
交流会を
通じて知
識を得る

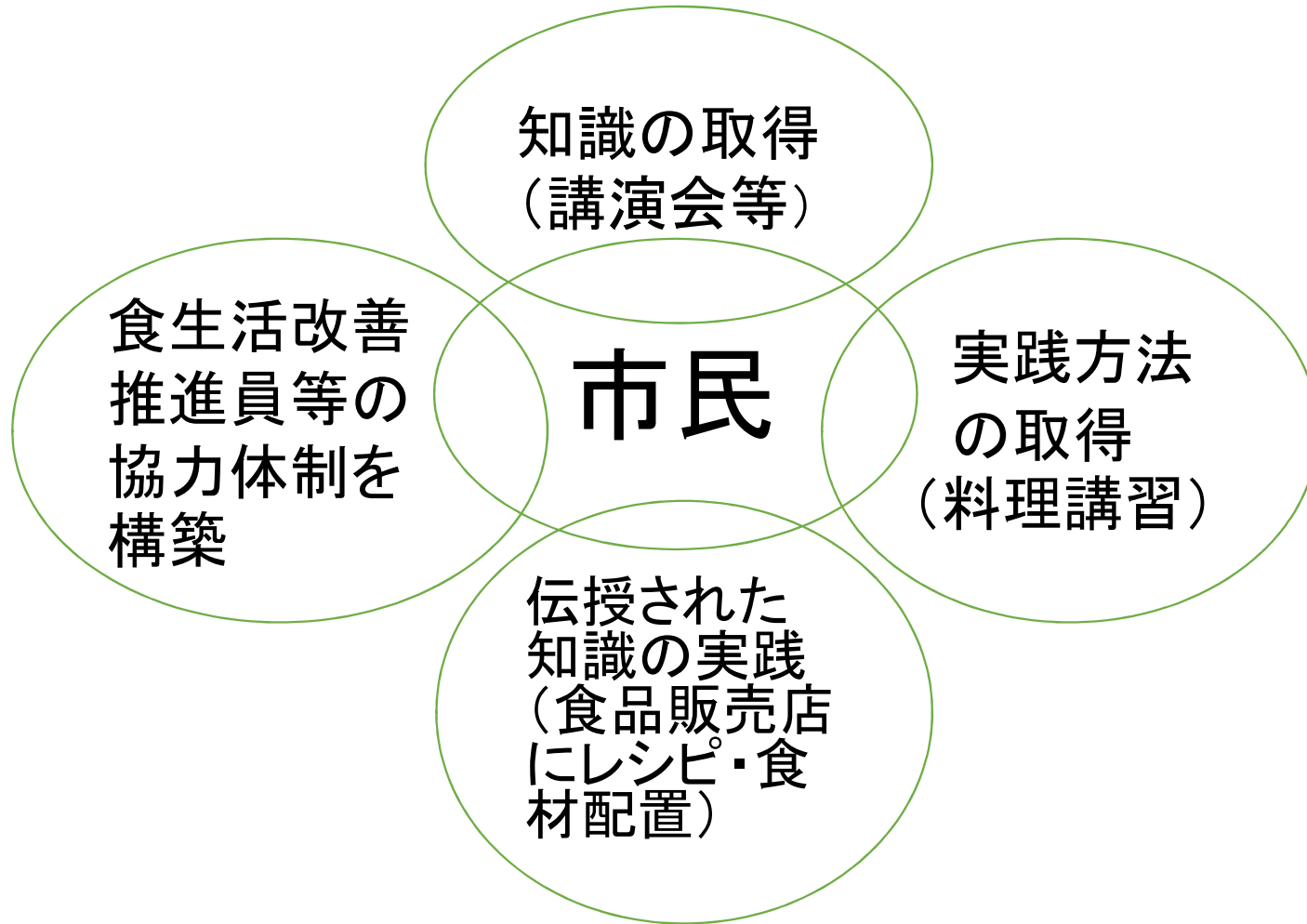
②実践

食事づくりや
生活スタイル
を変える

③伝える

自分の知識
や実践を市
民に伝えて
いく

官民の連携体制の構築



平成29年度

「命の食事講演会」 ⇒ 著名な医師による知識の伝授

「料理講習会」 ⇒ 食事作りを通じての生活改善

講演会および交流会 (仮) がんから命を救う食事と生活術とは

- ・ 日 程: 平成29年9月24日(日)・平成29年12月20日(水)
- ・ 場 所: 市民会館3階 小ホール・会議室
- ・ 講 師: 南雲 吉則 医学博士
- ・ 対象者: 食生活改善推進員および一般 約190名

料理講習会およびレシピ開発

- ・ 日 時: 平成29年10月6日、13日(金)
- ・ 場 所: 富士北麓総合医療センター調理室
- ・ 対象者: 食生活改善推進員 約80名

からだにいい食事作りの普及 (食生活改善推進員から市民へ)

