

# 中島 早苗

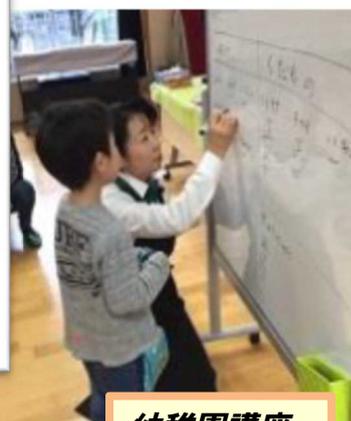
災害時ごはん調理実習



中学校授業風景



幼稚園講座



**もっと伝えたい！食で体が変わること。  
エンジン全開で取り組む、  
地域に根ざした食育活動**

## どんな活動？

活動の根幹である「生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進」を達成するため、幼年期や一般の方に対する食育講座や講演、行政と連携した食育、マスコミを通じての情報発信、災害時ごはん活動など、長年にわたり多彩な活動を実践しています。

## 活動のきっかけは？

息子を野菜嫌いに育てたことへの後悔。おいしい野菜が沢山あることを伝えたい、食べさせたいとの思いから活動を始めました。食のノウハウを広く伝え、生活に取り込み実践してもらえよう活動しています。

災害時ごはん調理実習5品



## 今後の主な 展開予定…！

- ・オンライン食育講座やオンライン料理教室等、デジタル化に対応した食育を推進し、対面とオンラインの両方に対応できる「ハイブリット型講師」を展開します。
- ・この講座活動を野菜ソムリエ仲間に水平展開し、活動の体制づくりと指導者育成を実施します。