

# 岡山県栄養改善協議会の活動目標

県民一人ひとりが充実した豊かな人生を過ごすためには、病気にならないことはもとより、寝たきりにならない期間の延伸や、生活の質（QOL）の向上を図ることが重要であり、そのためには、バランスの取れた食生活を送ることをはじめ、生活習慣の改善が必要である。

このため、岡山県栄養改善協議会は、健康づくりを支える地域のボランティアとして、正しい食習慣やバランスのとれた食生活の定着等、地域住民の食生活の改善に向けてさらに活発な活動を展開する。

## スローガン 「私達の健康は私達の手で ～のばそう健康寿命 つなごう郷土の食～」

### 重点目標「岡山県食の安全・食育推進計画」と「第3次健康おかやま21」の推進

- 1 人づくり・地域づくりのための食育を推進しよう。
- 2 食べ物に感謝し、大切にいただこう。
- 3 バランスのとれた食事・運動・休養の普及啓発をしよう。
- 4 メタボリックシンドロームの概念をふまえて生活習慣病を予防しよう。