

令和元年11月18日

市政記者各位

## 福岡100「#がめ煮つくろう」 #がめ煮つくろう・城南区プロジェクト

福岡市では、「福岡100」プロジェクトの一つとして、「食」をテーマにしたプロジェクト「#がめ煮つくろう」を進めています。

食材を買いに行ったり、料理を作ったり、家族や友達と一緒に食べたり、片づけたり、このような「食」を楽しむ生活が、人生100年時代を楽しむ秘訣と言われています。その食卓に福岡の伝統料理「がめ煮」はぴったりです。

城南区では、この「#がめ煮つくろう」プロジェクトをさらに広げるために、食生活改善推進員（ヘルスマイト）と中村学園大学・中村学園大学短期大学の学生との共働で、がめ煮の『健康レシピ』を開発することにしました。

そのキックオフイベントとして、がめ煮や郷土料理を調理して、交流を図る「#がめ煮交流会」を実施しますので、ぜひ取材していただきますようお願いいたします。

### 福岡100

人生100年時代への  
チャレンジ

福岡市では、人生100年時代を見据え、誰もが心身ともに健康で自分らしく暮らせる持続可能なまちを目指すプロジェクト『福岡100』を進めています。

### #がめ煮交流会

- 1 日 時 令和元年11月23日（土）10時～14時
- 2 場 所 城南保健所（福岡市城南区鳥飼5丁目2-25）
- 3 参加者 ● 食生活改善推進員（ヘルスマイト）  
● 中村学園大学・中村学園大学短期大学部 薬膳・食育ボランティア部の学生
- 4 メニュー **がめ煮**のほか、アジの青のり唐揚げ、博多雑煮、柿の和え物、デザート

#### 食生活改善推進員 （愛称：ヘルスマイト）

- ・「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、地域に密着した、食を通じた健康づくりのボランティアです。
- ・市民の健康づくりの担い手として各種団体や行政と連携し、食生活改善のための様々な活動を行っています。



#### がめ煮は

- 美味しい！
- 昔から守られてきた変わらない味！
- 栄養もばっちり！
- 地元の食材も使います。

#### 中村学園大学 中村学園大学短期大学部 薬膳・食育ボランティア部

- ・福岡県内の地域住民の方を対象に、健康増進を目的とした料理教室を開くなどの活動をしています。
- ・熊本地震や九州北部豪雨の支援のための食に関するボランティアを行ってきました。

#### 【問い合わせ先】

■ 城南区における取組みに関すること  
城南区役所 総務部 企画共創課  
担当: 永瀬  
TEL: 833-4009 (内線190-221)  
FAX: 844-1204

■ 「#がめ煮つくろう」に関すること  
保健福祉局 健康医療部 健康増進課  
担当: 近藤, 大場  
TEL: 711-4309 (内線2054)  
FAX: 733-5535



現在進行中の  
『福岡100』  
アクションは  
こちら