

< 報道発表資料 >

令和8年2月24日
京都市東山区役所健康福祉部健康長寿推進課

東山区「健康長寿レシピ～大豆・大豆製品を使ったレシピ～」 の発行

東山区役所では、市民主体の健康づくり活動を推進し、年齢を重ねても一人一人の命が輝き、地域の支え手として活躍できる、活力ある地域社会「健康長寿のまち・京都」を実現するため、健康寿命の延伸に向けた取組を進めています。

この度、食育指導員との協働により、健康づくりに向けた「健康長寿レシピ」集を発行します。



【概要】

- 配布開始日 令和8年3月9日(月)
- 配布場所 東山区総合庁舎北館1階 ロビー ほか
(〒605-8511 京都市東山区清水五丁目 130-6)
- 配布部数 2,000部
(無料、A5判 20ページ (表紙込、オールカラー))
- 内容 植物性たんぱく質の補給源である大豆・大豆製品を使ったレシピを集めました。主食・主菜・副菜・おやつ等の20種類のメニューを掲載しています。

< 食育指導員について >

食育指導員は、地域において料理教室などの体験活動、食文化の継承や食を通じた健康づくりなどの普及啓発活動を行い、地域に密着した食育推進活動を行う京都市のボランティアです。

< お問い合わせ先 >

東山区役所健康福祉部健康長寿推進課健康長寿推進担当

電話：075-561-9128 FAX：075-531-2869