

地域食育連携協働事業報告（南区）

連 携 先	雪印メグミルク株式会社
取 組 の 名 称	みなみ食育講座～骨・カルシウムセミナー～
実 施 時 期	平成 30 年 7 月 24 日（火）
取 組 内 容	<p>【目的】 将来の骨粗鬆症予防に重要なカルシウム摂取の重要性の普及</p> <p>【対象者と参加人数】 南区在住の方 11 名</p> <p>【実施内容】 雪印メグミルク株式会社に依頼をし、骨とカルシウムの関係やカルシウムが多く含まれている食品等について講話をして頂きました。途中、普通牛乳、お腹がゴロゴロしない牛乳、鉄・カルシウム・葉酸強化の牛乳の試飲を行いました。 講話後、保健センター管理栄養士によるバランスの良い食事について説明をし、カルシウムが多く取れるメニューの紹介、調理実習を行いました。</p>

地域食育連携協働事業報告（南区）

連 携 先	雪印メグミルク株式会社
取 組 の 名 称	ママとお子さまのためのママロコモ教室
実 施 時 期	平成 30 年 9 月 26 日（火）
取 組 内 容	<p><b>【目的】</b> 出産後のお母さんやお子さんにとって、カルシウムは摂取していただきたい栄養素の 1 つです。また、ロコモティブシンドロームについては、若い頃からの予防が大切ですが、よく知られていない現状です。カルシウムやたんぱく質の補給につながる乳製品の活用法とロコモ予防について普及するために開催しました。</p> <p><b>【対象者と参加人数】</b> 南区在住の 1 歳児とその母親 15 組</p> <p><b>【実施内容】</b> 雪印メグミルク株式会社に依頼をし、骨とカルシウムの関係やカルシウムが多く含まれている食品等について講話をして頂きました。途中、普通牛乳、鉄・カルシウム・葉酸強化の牛乳の試飲を行いました。 講話後、保健センター管理栄養士によるロコモ予防の食事についてお話をし、乳製品を使ったメニューの紹介、調理実習を行いました。</p>