

地域食育連携協働事業報告（熱田区）

連 携 先	熱田区障害者基幹相談支援センター
取 組 の 名 称	かよういちサロン健康講座～健康な食生活を学ぶ～
実 施 時 期	令和2年1月14日(火)
取 組 内 容	<p>【目的】 健康に暮らすために大事なことは何か、生活面と食事について考えてもらう時間を持つことを目的としました。</p> <p>【対象者と参加人数】 熱田区障害者基幹相談支援センター主催「かよういちサロン」 参加者 12名</p> <p>【実施内容】 10：30 講話「健康に暮らすために大事なことは？」 10：45 講話「健康な食生活を学ぶ」 11：15 試食 11：35 質疑応答 11：50 終了</p> <p>食べ物の働きについて、基本の3色分類の話を中心にしました。 ポスター・食べ物のマグネットを作成し、参加者にどのグループに入るのか貼ってもらいました。ゲーム形式で楽しく理解してもらえたようです。</p>

地域食育連携協働事業報告（熱田区）

連 携 先	熱田区ロコモ予防大使
取 組 の 名 称	和気あいあい あつた体操 番外編
実 施 時 期	令和2年2月10日(月)
取 組 内 容	<p>【目的】 ロコモ予防を運動、栄養の両面からアプローチするため。</p> <p>【対象者と参加人数】 和気あいあいあつた体操参加者とロコモ予防大使及びあつたボッチャ部会員 34名</p> <p>【実施内容】 13:10 血圧測定 13:30 あつた体操 13:50 ボッチャ体験 14:30 休憩 14:35 栄養講話「ロコモ予防の話」 15:10 終了</p> <p>地域でロコモ予防のためにロコモ予防大使が体操教室を実施しています。今回は連携してボッチャ体験と栄養講話も行いました。 ロコモについてクイズ形式で講話を行い、ロコモ予防の献立を試食してもらいました。</p>