

地域食育連携協働事業報告（緑区）

連 携 先	ヤクルト東海(株)
取 組 の 名 称	おなか元気セミナー
実 施 時 期	令和元年10月11日(金)
取 組 内 容	<p><b>【目的】</b> 腸の働きについて学び、腸をいい状態にする栄養素を知るとともに、どのように日々の食事に取り入れるか調理実習しながら学ぶ。</p> <p><b>【対象者と参加人数】</b> 緑区に在住の市民の方 10名</p> <p><b>【実施内容】</b> 当日のスケジュール            9:45～10:00 受付け            10:00～10:05 挨拶、スタッフ紹介            10:05～10:50 ヤクルトより講話            10:50～11:55 調理実習            試食・アンケート記入            11:55～ 終了</p> <p>ヤクルトより腸内細菌や便についてパワーポイントを用いて講話を受けました。            腸の模型も見せてもらい、長さを実感することが出来ました。            保健センターからは、発酵食品や繊維の多い食品を使用した1食分の献立を参加者に調理し、試食してもらいました。</p>



地域食育連携協働事業報告（緑区）

連 携 先	緑福社会館
取 組 の 名 称	男の料理教室
実 施 時 期	令和2年2月13日（木）
取 組 内 容	<p><b>【目的】</b>          高齢の男性に、簡単に作ることでできる料理を知ってもらう。</p> <p><b>【対象者と参加人数】</b>          60歳以上の男性、16名</p> <p><b>【実施内容】</b>          9:45～ 受付          10:00～10:05 あいさつ、スタッフ紹介          10:05～10:10 緑福社会館より講話（お口の体操）          10:10～11:00 献立説明・実習          11:00～11:30 試食・保健センターより講話</p> <p>緑福社会館よりホームエクササイズのパフレットの配付やお口の体操パタカラの実演講話を受けました。</p> <p>保健センターからは、本日の献立について説明しました。今回アレルギーの方はみえず皆さん食べられるものばかりでした。</p> <p>手洗いをし、手指消毒の後、実習開始となりました。</p> <p>4グループに分かれて実習を行い初対面の方同士でしたがうまく役割分担されていました。</p> <p>調理経験があり、うまく包丁が使える方や手を切らないかと心配になる方、レベルはいろいろでした。</p> <p>試食しながら食事や献立のポイントの講義を聞いてもらい、質問も寄せられました。</p>

