

地域食育連携協働事業報告（中区）

連 携 先	ポッカサッポロフード&ビバレッジ
取 組 の 名 称	健康講座
実 施 時 期	令和2年2月5日(水)
取 組 内 容	<p>【目的】 働き盛り世代の食生活改善への意識を高めることを目的として、区内の食育推進応援隊企業と連携し実施した。</p> <p>【対象者と参加人数】 区内事業所の従業員 22名</p> <p>【実施内容】</p> <ul style="list-style-type: none">・ 栄養講話「めざそう！健康なごや」 日頃の食生活の振り返りや知識のチェック等を行いながら、朝食摂取、適正体重の維持、野菜摂取についての講話を実施しました。・ 食育講座「レモンのチカラ（減塩編）」 レモンの健康・調理機能を介した健康寿命についての講話やレシピの紹介等を行いました。