

## 地域食育連携協働事業報告（天白区）

連 携 先	医療法人東樹会 東樹会病院
取 組 の 名 称	高齢者のための教室
実 施 時 期	令和元年9月4日(水)
取 組 内 容	<p><b>【目的】</b> 高齢者がいきいきと過ごすことができるように、栄養面からバックアップする。</p> <p><b>【対象者と参加人数】</b> 65歳以上の天白区民</p> <p><b>【実施内容】</b> (テーマ) まだまだ暑い夏を楽しく乗り切ろう！ ストック食材のちょい足しレシピでフレイル予防。目指せテイク10</p> <p>(本日のメニュー) 焼売ラザニア、ブロッコリーと鮭のポテトサラダ、 たたき胡瓜ともずくの卵豆腐、オレンジカクテル(ノンアルコール)</p> <p>※ 市販のお惣菜にちょい足しして、10品目の食材が摂れるようにアレンジ。包丁を使わない、簡単レシピで時短料理。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div data-bbox="544 1494 967 1809"></div><div data-bbox="1023 1503 1461 1809"></div></div> <p><b>【調理風景】</b> <b>【本日のメニュー】</b></p> <p>※ 「災害時に困らないための食の備え」について講話を実施した。</p>

地域食育連携協働事業報告（天白区）

連 携 先	東海学園大学
取 組 の 名 称	「健康栄養プラザ」食育料理教室 幼児食講座
実 施 時 期	令和元年9月21日（土）
取 組 内 容	<p><b>【目的】</b>          しっかり噛んで食べることは、子どもの心身の発達に大きく影響するため、噛むことの大切さを知って早くから習慣つけることが大切です。食事バランスの整った食事をしっかり噛んで食べるための講話と調理実習を実施した。</p> <p><b>【対象者と参加人数】</b>          乳幼児とその保護者 12組</p> <p><b>【実施内容】</b>          &lt;タイムスケジュール&gt;          開始 : 10:00～ 講話「幼児期の食事」天白保健センター          10:20～ 調理実習と試食 東海学園大学          終了 : 12:00</p> <p>&lt;配布資料&gt;          ・健康なからだはバランスのよい食事から！          ・災害時の食の備え          ・知って納得🍷食品表示</p> <p>&lt;試食・実習&gt;          ・小松菜とじゃこのおにぎり          ・鶏つくねのきのこあんかけ          ・トマトとみかんのサラダ          ・けんちん汁          ・野菜かりんとう          ・焼きりんご</p>    