食育月間の取り組み

取組市町村名 取組団体・企業名	名古屋市 コーミ株式会社
取組の名称	シニアのための食育セミナー「知っていますか？ソースの魅力　～ソースを使って美味しく減塩～」を開催（地域食育連携協働事業）
実施時期	令和元年６月２４日
取組内容	**【目的】** 高齢化が進む中村区の特性を考慮して、区内高齢者を対象に高齢期における食生活について普及啓発を行いたいと思い計画しました。 **【対象者と参加人数】** 中村区内在住の６５歳以上の高齢者が対象で当日は２９名の高齢者が参加されました。 **【実施内容】** ＜タイムスケジュール＞ １３：０５～　受付開始 １３：４５～　セミナー開始 挨拶、セミナーの目的と内容説明、スタッフ紹介 １３：５０～　保健センター講話 １４：１０～　コーミ株式会社講話 １５：００～　試食 １５：２０　　終了 まず先に保健センターから、高齢期における食生活について低栄養の予防と減塩の大切さを講話し、その後コーミ株式会社から美味しく減塩するためのコツ、ソースの活用方法等を講話しました。講話後、実際にソースを使って作った料理２品（トマトソースライス、ソース肉じゃが）を試食してもらい、参加者には「美味しく減塩」を体感してもらいました。