

令和5年度 食育取組報告書 【交野・畷・大東地域活動栄養士会メーブル】

食育月間 食育月間以外・食育の日	☒ 食育月間以外の月の取組 ☐ 食育月間の取組 ☐ 食育の日の取組
取組の名称	大東市介護予防教室
実施時期	通年
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	☐ ☒ ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
取組内容	高齢者がいつまでも健康に過ごし、健康寿命を延ばすにはどのような食生活をすればよいかを理解し、実践してもらうことを目的に取り組んでいます。 テーマⅠ「バランスのとれた食事について」、テーマⅡ「フレイルを予防するための食事」について講話をしました。 イラスト料理カード、ランチョンマット、講話のパネル、クイズのパネル等の媒体を用いて、対象者にも参加していただけるよう工夫しました。 講話の理解を深めていただけるよう、「食事のバランスとれていますか?」、講話パネルの縮小版、クイズの答え等の資料を配布し、ご自宅での活用を促しました。

食育月間 食育月間以外・食育の日	☒ 食育月間以外の月の取組 ☐ 食育月間の取組 ☐ 食育の日の取組
取組の名称	聴覚障害者成人講座 料理教室
実施時期	2月(10日)
取組内容に該当する食育ピクトグラム (複数選択可)	☒ ☐ ☒ ☐ ☒ ☒ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
取組内容	聴覚に障害のある方自身の知識吸収・情報交換の場とすることを目的に実施されました。 視覚から得られる情報を大切に、手洗い含む衛生面の諸注意から調理に至るまで、調理開始前から全てデモンストレーションを行い進めました。また、説明は通訳者が伝えやすいようゆっくりと話すことに留意しました。調理中は各テーブルを回り、通訳者を介し質問や疑問に随時対応できるよう配慮しました。 食事中は、よく噛むことの大切さを伝えるとともに、仲間と同じ食卓を囲む楽しさを実感していただきました。