

令和7年度 食育取組報告書 【交野・畷・大東地域活動栄養士会】

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、健康寿命を延ばすために必要な食生活について理解し、日常生活で実践していただくことを目的として取り組んでいます。 「バランスのとれた食事（テーマⅠ）」、および「フレイル予防のための食事（テーマⅡ）」をテーマに講話を行い、生活習慣の中で取り入れやすい工夫や具体的な食事例を紹介しました。講話では、イラスト料理カード、ランチョンマット、講話パネル、クイズパネルなどの教材を活用し、視覚的にも理解しやすく参加者が主体的に取り組めるよう工夫しました。講話の理解を深め、自宅でも継続して活用していただけるよう、「食事のバランスとれていますか?」、講話パネルの縮小版、クイズの解答などの資料を配布しました。

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	7月5日、11月15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、衛生面の注意点（手洗い等）から調理工程に至るまで、すべてをデモンストレーション形式で行いました。回を重ねるごとに参加者の要望がより具体的になり、1. 缶詰を使用した料理、2. 新しいおせち料理のテーマで行いました。進行にあたっては、通訳者が伝えやすいよう話すスピードに配慮し、ゆっくりとしたテンポで進めました。調理中は各テーブルを回り、通訳者を介して質問や疑問に随時対応できるよう努めました。食事中は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。