

令和3年度食育実施事業【地域健康課】

地健-1	事業名： 児童館における健康教育
対象	学童保育室を利用している児童
内容	<ul style="list-style-type: none"> 児童館を利用している児童に対して食品の組み合わせ（主食・主菜・副菜）や野菜の種類など、媒体を使用して食への興味の動機づけとして実施している。（地域活動栄養士会との協働で実施） 年間 7 回実施 参加人員 225名 今年度は限られた期間だけの開催となった。
備考	媒体：パネルシアター「元気号は出発できるかな？」 「うちでわかる おなかのちょうし」・「やさいをいっぱい食べよう」



地健-2	事業名： 栄養情報の普及
対象	学童保育室を利用している学童の保護者
内容	<ul style="list-style-type: none"> リーフレット「おいしいおべんとう いただきます」を地域活動栄養士会との協働で作成し、区内学童保育室利用者に配布している。
備考	媒体：リーフレット「おいしい おべんとう」



地健-3	事業名： かんたん朝食メニュー集の配布
対象	3歳の子を持つ保護者
内容	<ul style="list-style-type: none"> 食習慣の基礎を作る幼児期から朝食の大切さを啓発するため、3歳児健診で朝食メニュー集を配布している。
備考	媒体：かんたん朝食メニュー集



●令和3年度食育実施事業【地域健康課】

地健-4	事業名：ママとわたしの食育クラス
対象	9～11か月児を持つ母親
内容	<ul style="list-style-type: none"> 9～11か月児の育児学級開催時に離乳食の内容と併せて、家族全体の健康づくりや生活習慣病、骨粗しょう症などを予防するための食育を実施している。新型コロナウイルス拡大防止のため、集団での育児学級が開催できない時には個別相談に変更し、離乳食の内容と併せて話をした。 集団での開催 年間13回 参加人数86名
備考	

ママとわたしの食育クラス

ママの食事と離乳食(3回食)のあそびと調理実演



地健-5	事業名：栄養講座
対象	成人
内容	<ul style="list-style-type: none"> 栄養や食事に関する身近なテーマで健康づくりや栄養改善のための教室を実施している。新型コロナウイルス拡大防止のため、開催できなかった期間が長く、個別で対応するなど工夫した。 年間2回実施 参加人数 23名 テーマ「災害時の食事の工夫と非常食の活用方法」など
備考	

地健-6	事業名：シニア世代の食生活講座
対象	65歳以上
内容	<ul style="list-style-type: none"> フレイル予防のための食事のポイントの話と調理実演。テキストを作成し講座に使用する。3日制と1日制を開催。新型コロナウイルス拡大防止のため、開催できなかった期間が長く、個別で対応するなど工夫した。 1日制：3回実施 参加人数23名 3日制：2回実施 参加人数15名
備考	媒体：シニア世代の食生活講座

