

食育関連事業取り組み事例

報告団体名：(公社)北海道栄養士会函館支部

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	地域リハビリテーション活動支援事業 (主催：函館市)
連携・協力団体名	地域包括支援センター
日時	8/18、9/7、10/6、10/13、12/3、12/8
対象者・人数	介護予防活動に主体的に取り組む町会地域団体（5件）：延52人 介護保険事業所（1件）：事例2
場所	町会館等
内容	<p>地域における介護予防の取り組みを強化するため、主に高齢住民運営の通いの場に出向き、「栄養」と「食事」について講話や調理デモを行っています。</p> <p>今年度はフレイル予防や生活習慣病予防の食事について深く知りたいとの希望が多く寄せられました。各担当栄養士は工夫を凝らし、たんぱく質やカルシウム等の効果的な摂り方についてお伝えしました。可能な場合はテーマに沿った食材を使用し、調理デモ（試食なし）を行いました。「手軽にどなたでも実践できる」簡単メニューや作り方の紹介は大変好評です。</p> <p>毎回活発に質問が飛び交い、不安や疑問に答えることで安堵する様子がみられます。また、食に関する情報交換も行われ有意義な通い場となっています。</p>
函館市の食育推進基本目標	<ol style="list-style-type: none">1. 生涯にわたって健康なからだをつくる2. 豊かな心を育む3. 函館の豊かな食資源や食文化を通して食の大切さを知る