

食育関連事業取り組み事例

報告団体名： 函館市食生活改善協議会

「函館市食育計画策定推進委員会」

事業や取り組みの名称	「全世代に広げよう健康寿命延伸プロジェクト」 (主催：函館市食生活改善協議会) 高齢世代(シニアカフェ)
連携・協力団体名	
日時	令和5年9月26日・11月10日
対象者・人数	60歳以上高齢男女 35名
場所	高丘包括センター・湯の川3丁目会館
内容	<p>町内会の高齢者に集ってもらい、低栄養・フレイル予防などの講話やシニアカフェドリルやパズルなどを使用して脳トレ、また家でもできる軽い運動をみんなで体験していただきました。</p> <p>また、湯の川3丁目町会ではお弁当・ヘルスメイトが作った汁物で会食をしました。</p> 
函館市の食育推進基本目標	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