

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	愛知県
取組市町村名 取組団体・企業名	東海市
取組の名称	健康支援型配食サービスを活用し、会食しながら学ぶ栄養講話の開催 ～いきいきランチ会～
実施時期	令和5年7月～令和6年3月
取組内容	東海市は65歳以上で低栄養傾向の方が国と比べて多いことから、高齢者の方を対象に食事バランスや適量を学ぶ機会をつくり、フレイルを予防することが大切であると考え、通いの場で配食弁当を教材としたランチ会を開催し、実際に適量を食べていただきながら、フレイル予防の講話を行いました。 配食弁当の内容は、タンパク質が摂れるバランスメニュー、噛み応えのある食品を加えたメニューとしました。ランチ会は3か月以上の間隔をあけて、2回実施し、1回目の体験によりその後の食行動の変化について2回目にアンケートをとり、確認しました。