

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市
取組の名称	介護予防教室
実施時期	4～12月（6月を除く）
取組内容	<p>ねらい： 要介護状態に陥らないように予防し、住み慣れた地域でより健康的な生活が送れるよう健全な食生活の実践を促します。</p> <p>日時：4～12月（6月を除く）</p> <p>場所：公民館等</p> <p>対象者：おおむね65歳以上の高齢者</p> <p>参加者数：延べ1,769人（R4.12月末時点）</p> <p>内容： 中学校区単位で実施している介護予防教室（37か所）において、72回食・栄養に関する講話を実施しました。</p> <p>【講話タイトル】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・脱水症にご注意！今日からできる対策法（21回） ・作って食べて脳を活性化！認知症予防のコツ（17回） ・お家時間にご用心！糖尿病予防の食事（14回） ・コロナフレイルに負けない！食事の秘訣（20回）

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市
取組の名称	保育園食育訪問
実施時期	10月
取組内容	<p>ねらい：幼児期から食への親しみや関心を高められるよう、地域の栄養委員が保育園へ訪問して食育活動を行うとともに、地域交流の機会としています。</p> <p>日時：令和4年10月28日（金）</p> <p>場所：建部認定こども園</p> <p>対象者：建部認定こども園の園児</p> <p>参加者数：栄養委員 13人 園児50人、保育士5人、園長1人</p> <p>内容：①人形劇「好き嫌いなく何でも食べよう！」 栄養戦隊たけべレンジャー ②OKAYAMA！市民体操 ③野菜王国体操</p> <p>人形劇に使用している人形や小物、栄養戦隊たけべレンジャーの衣装などは、すべて手作りです。</p> <p>人形劇では、野菜は元気の源、好き嫌いせずに何でも食べることが大切なことを伝えました。人形劇を見る子ども達の真剣な眼差しがとても印象的でした。みんなでOKAYAMA！市民体操や野菜王国体操をするなど、コロナ禍で3年ぶりの保育園への食育訪問でしたが、楽しい交流会となりました。</p>

【様式2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	岡山市
取組市町村名 取組団体・企業名	岡山市 竜之口学区栄養改善協議会、岡山市立放課後児童クラブ（竜之口くらぶ）
取組の名称	夏休み交流活動「低学年 クッキーづくり」
実施時期	7月
取組内容	<p>ねらい：夏休み中に、食事に関する講話や実習を行うことで、望ましい生活習慣や食育に関する知識の獲得を目指す 地域の団体が交流活動を行い、連携づくりを目指す</p> <p>日時：令和4年7月26日（火）9時00分～12時00分</p> <p>場所：岡山市竜之口コミュニティハウス</p> <p>対象者：放課後児童クラブ利用 低学年</p> <p>参加者数：1年～3年生20人 竜之口学区栄養委員7人、栄養士1人</p> <p>内容：講話「料理を始める前に」「マイスタイル朝ごはん」「朝食を食べよう」「手洗いについて」「食に関するクイズ」「お菓子とジュースに含まれる砂糖」 実習「クッキー」＊持ち帰り</p> <p>学童期の食事運動休養について、栄養委員と栄養士から紙や模造紙の媒体やクイズなどを使い、啓発を行いました。現在の生活のチェックをすることで生活習慣の見直しを行っていただきました。 実習前には感染症予防のための手洗いの方法を伝達し、改めて衛生意識が高まるようにしました。自分の作ったクッキーを持ち帰ることで、家族にも今日の内容を伝えてもらい、家庭での食育の広がりを期待しました。</p>