

【様式1】

食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	松浦市
取組の名称	男性料理教室
実施時期	令和3年6月21日(月)
取組内容	<p>目的:調理を通して男性の食への関心を高めるとともに、自ら健康づくりに取り組むことができるように支援する。</p> <p>対象者:高齢者男性</p> <p>参加者数:8名</p> <p>実施内容:健康づくりのための調理実習と栄養講話を行いました。今回は揚げ物に挑戦しましたが、慣れないこともあって時間はかかりましたが上手く完成させることができました。また、野菜料理を2品調理し、家庭でも手軽に野菜摂取ができる料理として紹介しました。</p> <p>また、熱中症に注意する時期であるため、食事のとり方や水分摂取の方法など熱中症予防のポイントについて伝えました。</p>

【様式1】

食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	長崎県
取組市町村名 取組団体・企業名	松浦市食生活改善推進協議会
取組の名称	備蓄食品を活用した調理実習
実施時期	令和3年6月18日(金)
取組内容	<p>目的:非常食を活用した調理実習を通して、家庭での災害時の備えについて学ぶ機会とする。</p> <p>対象者:地域住民</p> <p>参加人数:5名</p> <p>実施内容:非常食や缶詰を使用した料理やポリ袋を使用した炊飯方法を紹介しました。非常食を初めて見る方も多く、作り方や味を体験することができて良かったと好評でした。</p> <p>また、備蓄食品の選び方や調理方法等を説明することで、非常時に備えて食料品を備蓄する意識づけを図ることができました。</p> <p>備蓄しておくだけでなく、備蓄食品を日常の食事に取り入れることで食品ロス削減にも配慮した災害時の取り組みについて理解を深める機会になりました。</p>