

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	珠洲市
取組の名称	男性料理教室の開催
実施時期	6月27日(木)
取組内容に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/> 
取組内容	<p>仮設住宅入居者、在宅の方を対象に、仮設住宅集会場で男性料理教室（参加者12名）を開催しました。食事と栄養アンケート調査結果から「仮設住宅のキッチンが狭く、料理を作る意欲がなくなる、出来合いのものを食べるが増えた」といった回答が多かったことから、「簡単に」「おいしく」「栄養たっぷり」をコンセプトに身近な食材で自宅にある調味料を使用したメニューを考え、実習しました。クッキング中は参加者はもちろん、食生活改善推進協議会の会員も楽しくにぎやかに作りました。</p> <p>震災後、食生活改善推進協議会でも市外に避難している会員が多い中、このような活動を行うことができ、参加した会員からも「こんなに早く活動できるとは思わなかった」といった発言も聞くことができ、充実した時間を過ごしました。</p> <p>実習後はバランスのとれた食事についての講話も行い、改めて毎日の食事の大切さ、手軽に栄養をとるコツもお話しさせていただきました。</p> <p>今後も「簡単に」「おいしく」「栄養たっぷり」をテーマにしたクッキングを各地区、仮設集会場で実施し、住民の方に寄り添った活動を行っていく予定です。</p>
	  

【様式1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	珠洲市
取組の名称	体組成測定・熱中症予防・栄養講話・運動指導の実施
実施時期	6月5日、7日、12日、21日
取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/> 
取組内容	<p>仮設住宅入居者を対象に、仮設住宅集会場で、参加者の体組成測定、栄養講話、熱中症予防、運動指導を行いました。栄養講話では、バランスのとれた食事について、手軽に栄養をとるコツについてお話しさせていただき、普段の自分の食事について振り返りました。参加者同士でも、おいしい組み合わせなどを話し合ったり楽しい時間を過ごしました。栄養講話の後は理学療法士による体操指導も行われ、じっくりと体を動かし、汗を流しました。体操中は参加者同士、笑顔で講師とのやり取りを楽しんでいました。</p> <p>1人ずつお話しを聞くと、避難中の話、今の生活の話などいろいろお話しを聞くことができ、悩みを解決することは難しくとも、気持ちに寄り添って対応していきたいと考えています。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>