



社会福祉協議会 用賀地区事務局発【臨時号】



用賀地区 News



栄 養 ワ ン ダ ー

開催しました♪

8月4日“栄養の日”に上用賀5丁目アパート集会室にて、アパートと地域社会のつながりづくりを目的に、交流イベント『栄養ワンダー』を開催し、11名の方にご参加いただきました。

当日は機能強化型認定栄養ケア・ステーション eatcoco(イートココ)より管理栄養士お二人を講師としてお招きし、高齢者に多い低栄養を防ぐための“適切な間食“についてお話いただきました。

講座の後の会食では、“eatcoco”と“老人給食協力会ふきのとう”監修による健康支援型弁当をいただきながら、参加者全員で必要な食事量や栄養バランスなどについて確認するなど、地域の集いの場での会食会の大切さを実感しました。

参加者からは「栄養についてお弁当をもとに学ぶことができ、とても分かりやすく良かった」「日頃、栄養のことを考えても実行に移すのが難しいが、美味しくバランスの良いお弁当をいただけて勉強になった」と大変好評をいただいた取り組みになりました。



わかりやすく栄養について
説明いただきました



今日の朝食はどのくらい栄養が
摂れたか、チェック！



キウイと牛乳の栄養について
説明いただきました

ふきのとうの職員様より
本日のお弁当の紹介いただきました



栄養について詳しくわかる
資料がたくさん！
おみやげにキウイ・牛乳を配付♪



栄養バランス豊富な
手作りお弁当♪



《用賀地区 News に関するお問合せ》

社会福祉協議会 用賀地区事務局 野木・阿部 Tel 090-9818-3740