

エ 高齢者の支援

- ① 社会福祉団体、商店街、流通事業者等と連携した調理実習体験や買い物弱者支援
(具体例)・商店街、商工会等による御用聞き
・流通業者による宅配
・大学生による買い物代行、随行
・健全な食生活実践のための講座の開催 (下記参照)
- ② 高齢者の生活を充実させるための活動支援
(具体例)・栄養改善指導等の介護予防の充実や生活支援ボランティア等の利用促進
- ③ 技能や技術を活用した農業や料理の体験の場等における活動支援
(具体例)・農山漁村伝承技能登録・認定制度の実施
- ④ きょうと食育ネットワーク会員の連携による食育の推進
(具体例)・食育講演会の開催【再掲】
・栄養士会等関係団体と連携した食と健康に関する講座の開講【再掲】
・農林水産フェスティバルやSKYふれあいフェスティバルでの食生活相談等の実施【再掲】

【男性の料理教室】

料理をしたことのない男性が一人暮らしとなると、まず困るのが毎日の食事だと言われています。そこで、高齢者の男性や一人暮らしの男性を対象に、公民館で、講義のあと、生活習慣病を予防するための食生活チェックをしたり、手間をかけず簡単においしく作れる献立を作りました。併せて、食事バランスガイドの活用についても学びました。

