

食育月間の取り組み

取組団体・施設名	東大阪地域活動栄養士会	
取組の名称	つどいサービスでの栄養講話	
実施時期	令和 8 年 6 月 4 日(木)13:30～15:30 のうちの 45 分	
取組みの目的	☐ 共食の推進 ☐ 朝食の摂取 ☒ 栄養バランスの良い食事の摂取 ☐ 野菜の摂取 ☒ 生活習慣病やフレイル予防・改善のための良い生活習慣の実践	☐ よくかんで味わって食べる ☐ 栄養成分表示への理解促進 ☐ 食品の安全性に関する知識の普及 ☐ 農産物の栽培体験の機会提供 ☐ 食品ロスの削減 ☐ 伝統料理や郷土料理の伝承
取組内容	月 1 回実施している栄養講話を担当 今回のテーマは(熱中症について) 熱中症とは、どういうことを指すのかを、まず説明する ・熱中症と脱水症状の違いの説明 ・症状と対処の方法 ・応急手当の方法 ・熱中症の予防の大切さ ・熱中症による救急搬送の半数以上が高齢者で、住居での発生が 4 割を占める ・水分補給の大切さ ・食事を抜かず、3 食食べることの大切さ ・今回は消防庁のリーフレットを使用したので、119 番通報に関するお話もする (特に高齢期の方の突然の症状で直ちに 119 番通報した方がいい場合など)	
	 	