

## 幼児親子食育教室

### 取り組みの概要

保健福祉センター来所の子育てサークル(0歳～未就園児)を対象に、発育期に必要な栄養や手料理の大切さ、うす味や和食の推進などの講話と、食事を補う安心・安全・おいしい地場産食材の簡単おやつを試食とレシピの提供をおこないます。

#### 協働の きっかけ

栄養バランスの整った和食と手料理の普及によって、発育期に必要な栄養量の摂取と、親子の早期からの生活習慣病予防のきっかけとなります。食事の補食となる地場産食材を使用した簡単おやつを提供します。

#### 健康推進課



#### 食生活改善推進員協議会

#### 強み

・参加する親子との触れ合いから、充実感を得ることができる

#### 役割

・日程調整、食育講話

・おやつ献立作成、レシピ説明、食育講話

#### 協働の 成果

・参加者は、市民(食生活改善推進員)が子育ての先輩と言う認識から、こだわりのない親しみある関係ができ、楽しく子育て、楽しい食育を伝えています。  
・参加者の感謝の言葉から、会員は達成感をもち、さらなる意欲につなげています。

### 協働のポイント

おやつ献立作成、試作、食育講話のための研修や学習を効率良くおこなう工夫が必要です

試食作り

試食・講話

場  
食生活改善の意識の高

