

## 平成 26 年度食育モデル事業について

### 1 食育モデル事業の概要

- (1) 事業については、その分野に関係する主体（団体等）が相互に連携・協力しながら、継続した取組みが可能であり、全市的な取組みへと展開が図れるような事業を構築・実施する。
- (2) 事業実施に係る課題や事業の効果等を検証しながら、食育推進委員会及び食育庁内推進会議における分野・組織横断的な協議を踏まえ、効果的・効率的な展開を図る。
- (3) 事業の取組みを市民に情報発信し、全市的な取組みとして展開されるよう、市ホームページや、いわき地域情報総合サイト等の広報媒体を活用し、随時、モデル事業の活動内容等を公表する。

### 2 平成 26 年度食育モデル事業

「健やか 幸せ 長寿食！料理教室」～食べて作る元気な力～

#### (1) 目的

高齢者は咀嚼・嚥下能力や、消化吸収能力の低下により十分な栄養素が取り込めず、慢性的な低栄養状態に陥りやすい。低栄養状態が続けば、体力が低下するだけでなく、免疫力の低下を引き起こし、重篤な問題にまで発展する恐れもある。

現在いわき市は高齢化率 26.26%の超高齢社会であり、健康寿命の延伸が課題となっている。健康寿命延伸のためには、低栄養を予防する食生活が重要であることから、高齢者が陥りやすい食事の傾向を認識し、低栄養予防のための食事について理解していただくとともに、調理実習と試食により具体的内容を確認することで、高齢者も高齢者の支援者（家族等）もお互いに負担が少ない家庭で実践できる工夫を習得する。

なお、実施した内容についてはホームページに掲載し、参加できなかった市民にも啓発できるようにする。

- (2) 対象者：高齢者の支援者（家族等） 40 人
- (3) 会場：いわき市総合保健福祉センター 3階 栄養指導室
- (4) 事業内容：高齢期の栄養・食生活に関する講話及び栄養確保のための調理実習並びに試食。（併せて市販の介護食の試食も行う。）
- (5) 日程（3回開催）：平成 26 年 6 月 24 日（火）、10 月 24 日（金）  
平成 27 年 2 月 19 日（木） 各回とも午前 10 時から正午まで
- (6) 募集方法： 広報いわき及び市公式ホームページに掲載、各地域包括支援センター等関係機関へのチラシを配布し募集する。
- (7) 申し込み方法： 電話又は FAX、E メール、窓口
- (8) 食材費等：無料