

事業報告



にじいろ福祉フェア ～健康チェックブース～



市制70周年記念 健康福祉部主催のにじいろ福祉フェアに、健康推進課からは食育啓発事業として健康チェックを行いました。

- 【日 時】 令和6年（2024年）10月27日（日）10時から16時まで
【会 場】 市立中央公民館 レクルームA
【協力団体】 甲子園大学 近畿中央ヤクルト販売株式会社 宝塚栄養士会
【内 容】 ■測定コーナー：貧血チェック／骨密度測定／ベジ健康度
■ミニセミナー：腸の若返りが健康の秘訣／骨に関する講話
ヤクルトマンによる講話／パッククッキング
■その他：栄養相談／バルーンアート
野菜に関するパネル展示 等

■測定の様子



《貧血チェック》



《骨密度測定》



《ベジ健康度》



測定担当は、甲子園大学の学生のみなさんです。

それぞれの測定を受けた後は、測定結果の説明があります。

山崎市長にも、健康チェックを受けていただきました。（写真：右 ベジ健康度）結果はどうだったのでしょうか。日頃からウォーキングをされて健康には意識をされておられるので、きっと良い結果だったことでしょう（^_^）

■講話を聞きながら測定の順番待ちをしている様子



■栄養相談の様子



測定をするだけでなく、多くの方が宝塚栄養士会による栄養相談を受けて帰られました。今後どのような食事をとればいいのか、皆さん真剣に聞いておられました。10歳代の若い方もみなさんしっかり指導を聞いて帰られました。

■その他にも・・・



子ども向けに、ぶどうやりんごのバルーンアートをプレゼントしたり、この野菜(トマト・とうもろこし・大根・人参・ピーマン)はどこになっているか、ボードに貼りつけたり、楽しく食育体験を行っていただきました。



※あちこちでヤクルトマンが呼び込みを行ってくれました。
 中に入ってくれた甲子園大学の学生のみなさんありがとう (●^o^●)



初めて行ったイベントでしたが、大人 165 名 子ども 35 名 計 200 名の方にご来場いただきました。特に子育て世代の方も多く、若いころからの健康への意識の大切さをお伝えすることができました。

主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事・・・毎日野菜 350g・・・丈夫な骨づくりや貧血にならない食習慣・・・ぜひ意識してくださいね。