

食改だより



発行：令和5年5月8日

令和5年度 総会が開催されました



令和5年度香南市食生活改善推進協議会総会が4月21(金)に夜須公民館で開催されました。雨の予報で心配していましたが、当日は太陽も顔を出し、晴天となりました。46名の出席があり、今年度の事業計画と予算が承認されました。

来賓あいさつ ～濱田市長より～

濱田市長の挨拶では子どもの頃からの食生活の大切さ、家庭での食育の重要性等の話がありました。

地域のなかでヘルスマイトが関わり、家庭へつなげることが大切になってきており、ヘルスマイトの役割がますます重要になっていると感じます。



◎研修会「ご存知ですか？オーラルフレイル」

講師 中央東福祉保健所チーフ 前田 由佳 様

オーラルフレイル。あまり聞きなれない言葉かもしれませんが、嚙むこと飲み込むことが苦手になったり、活舌が悪くなったり、口の機能が低下しつつある状態のことです。

研修会では、口の体操を一緒におこない、嚙むレシピの調理のポイントの説明がありました。入れ歯の手入れの方法も教えていただき、とても興味深い内容でした。

今後も地域での活動のなかで食事はもちろん、お口のことも伝えていけたらと思います。

