

『歯の健康展』活動報告

1 日時 平成27年6月21日(日)

2 会場 柏崎市健康管理センター

3 活動内容

柏崎市が主催で開催した『歯の健康展』において、料理カード等を用いて来場した方に食事のバランス指導を実施した。また、野菜をたっぷり使用したメニューやよく噛んで食べられるメニューのレシピカードの配布を行った。

4 感想

スタンプラリーの効果もあり、1日中たくさんの方がブースに来てくださいました。子どもたちは遊び感覚で料理カードを組み合わせ、保護者はそれに対してアドバイスをしたり、一緒に組み合わせたりして、親子で楽しんでいたようでした。

「家では・・・」と御家庭で実践されている内容をお話しされる方も多く、食に関する意識の高さを感じることができました。

レシピカードを持ち帰られる方も多く、レシピについての質問を多くいただきました。



そのまま料理カードを用いて、バランスの良い食事を考える活動を行いました。親子で楽しみながら献立の組み合わせを考えていました。たくさんの方が来場され、行列ができることもありました。