

中部学院大学たのしみん祭における食育活動

関保健所



1. 実施期間：令和6年10月19日（土）
2. 実施場所：中部学院大学
3. 対象者：たのしみん祭来場者
青年期を中心に、普段の食事バランスを見直してもらうことで、望ましい食生活の実践に向けた食育啓発を実施した。
4. 人数：129名（食事及び栄養バランスチェック体験者）
5. 実施内容：
 - ①食事及び栄養バランスをチェックする機器を用いた体験
 - ②野菜摂取や減塩に関する展示
 - ③リーフレットの配布
6. 本取組みの効果：
普段の食事バランスを体験型イベントでチェックしてもらうことで、不足している食品を視覚的に知ってもらい、来場者に普段の食生活と栄養バランスを見直す機会を提供することができた。

