

支部・職域事業部 活動推進事業報告書

支部・職域事業部名： 新潟市支部

1 実施報告

事業区分	公 1
事業名	第19回 新潟市民健康福祉まつり
事業テーマ	健康ひろば「めざせバランスマスター！健康長寿GO！」
目的	一般市民にバランスの良い食事について理解を深めて頂くこと
実施日時	平成28年10月16日（日）10時 00分～15時00分
実施場所	万代シティパーク
対象及び 出席人数	来場者：一般市民 156名 スタッフ： 7名
実施内容	① そのまんま料理カードを使用し、実際に食べている1食分を料理カードから選んでもらい食事のバランスが取れているかどうかアドバイスする。 ② 栄養相談の実施 ③ バランスの良い食事に関するパネルを展示し、必要に応じ説明をする。 ④ 栄養関連の小冊子や減塩醤油、栄養補助食品等のサンプルをお土産として配布。
効果	① そのまんま料理カードを使用したことで多くの来場者が自らの食生活の偏りに気が付き、食生活の見直しのきっかけになったと思われる。 ② 糖尿病、高血圧、骨粗鬆症など、病態に合わせた食事内容や注意点などを伝えたことで、食事、栄養の知識が広がったように思う。