

平成26年度

地域生活を支える食育講座



6月から毎月第1火曜日 午前10時～12時

社福)大阪手をつなぐ育成会 中央支援センターにて

資料代(飲み物付き) おひとり 1000円

6月からは食や健康に関する食育講座がスタートします！
食事や健康の話を、さまざまな角度から、楽しく分かりやすくお届けしていきます。
単発での参加も可能ですので、どうぞお気軽に足をお運びください。

第1回 (26.6.3)

**地域で暮らす
知的障害者の「食」**

～そこから見えてきた
現状と課題～

第2回 (26.7.1)

**あなたの食事は？
食事診断しよう！**

～SATシステムを使って、
楽しく簡単に～

第3回 (26.8.5)

**食事と病の
深いつながり**

～生活習慣病や栄養の話を
分かりやすく～

第4回 (26.9.2)

**いつか必ず起きる！
防災について考える**

～食とこころの備えで
助かる命があります～

第5回 (26.10.7)

**体を動かし健康に！
(健康作りのフロと一緒に)**

～体験しよう！
気軽にできる運動法～

第6回 (26.11.4)

**知って得する！
食中毒・感染症の話**

～専門家に学ぼう
正しい対処で身を守る～

第7回 (26.12.2)

**しゃべり場
(自由に語りましょう！)**

～医療や介護、支援の
現場の専門家を交えて～

第8回 (27.1.6)

**お弁当の日
(手作り・市販は問いません)**

～そこから知ろう！
栄養バランス～

第9回 (27.2.3)

**グループホームの
食支援最前線**

～支援センターい～な
栄養士からの報告～

第10回 (27.3.3)

**これからの「食」を
ともに考える**

～育成会の栄養士として
今思うこと～

