

所属 豊島区池袋保健所

事業名	子育てママの食育サロン
実施日時・場所	令和5年7月12日(水) 10:30~11:30 区民ひろば西池袋
対象	おおむね2ヵ月~おおむね2歳児の保護者
目的	幼児期からの適切な食習慣を身につけ、将来の生活習慣病の発症リスクを減らすことと、子どもの食事を通じて家族の健康と健全な食習慣の推進。
事業概要	区内の区民ひろばに出向き、対象者に向けて食育講座を実施。東京都幼児向けバランスガイドやフードモデルを活用し、早寝・早起き・朝ごはんの話を軸に幼児の食事にとって望ましい組み合わせや量を示した。また、レシピを配布し、調理実演で調理のポイントや食材の説明等を行なった。質疑応答の時間を設け、個別での相談にも応じた。
使用教材	東京都幼児向け食事バランスガイド、フードモデル
参加者の意見・感想等	<ul style="list-style-type: none"><li>・レシピの配布があり、家でも作ってみようと思った。</li><li>・調理実演で作り方が分かり、実践しやすいと感じた。</li><li>・離乳食の相談に乗ってもらえてよかった。</li></ul>
実施者の意見・感想等	<ul style="list-style-type: none"><li>・少ない時間の中で講義と調理実演を組み込んだが、最後まで飽きることなく参加していただけた点は良かったと思う。</li><li>・各家庭で抱える離乳食や幼児食についての相談が多数あり、質疑応答の時間はもう少し長めに設定できると良い。</li></ul>
効果(成果)	アンケート等実施していないため、効果を数値化(見える化)できていないが、参加者の意見・感想等から子育て支援の一助になっていると推測する。
その他	9月20日(水)、10月11日(水)にも同様の事業を別会場で実施した。