

平成 30 年度

歯と口の健康週間事業、鹿本地域の歯のイベント

歯と口の健康展開催

日 時 平成 30 年 6 月 9 日 (土曜) 14 時～16 時

会 場 名 鹿本健康福祉センターひだまり

内容；栄養相談コーナー

くまもと健康づくり応援店のPR

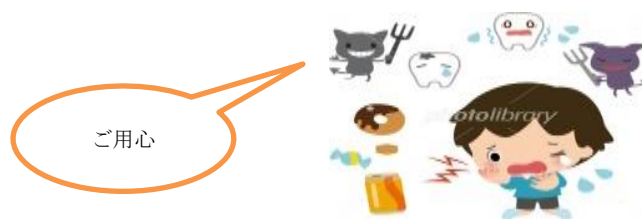
総数 114 名 栄養相談 13 名



毎年 6 月は食育月間です、0 歳児から大人までを対象に食事について、アドバイスをしました。

ご年配には、口腔内環境から、歯に良いメニューや缶詰の利用方法、調理の工夫など 親御さんには、乳幼児の一人ひとりの身体の発達に応じて対応することの大切さや生活のリズムを付けること、月齢が高くなるに連れて、3 回食におやつも捕食と考えるなどの助言をしました。

お菓子のコーナーでは、子供たちの目の輝き、うれしい笑顔がいっぱいの中、お菓子もほどほどに、「歯を大切にしましょう！」と栄養士が声をかけると、お菓子に含まれる砂糖の多さに、みなさんびっくりされておりました。



熊本県栄養士会 山鹿地域事業部
事業部長 中田