

令和元年度 歯と口の健康週間



日 時 令和元年 6 月 8 日 (土曜) 14 時～16 時

会 場 名 山鹿市山鹿健康福祉センター

主 催 歯科医師会

内容；食育栄養相談コーナー

くまもと健康づくり応援店のPR



総数 114 名 栄養相談 18 名

これは腸だよ

食が細くて

よくかんで
食べようね

活潑に動い
ています、少
しずつ成長
するので心
配ないです

毎年6月は食育月間です、幼児から高齢者までを対象に食事について、栄養士4名で指導をしました。親御さんには、乳幼児の口腔内の発達に応じて咀嚼と食べ物との関係、メニューの内容から食べやすい方法など、ご年配の方では、生活習慣病の予防に関する毎日の食事のとり方について、口腔内の環境に応じた食材の切り方や食べ方の工夫など助言をしました。お菓子陳列のコーナーでは、栄養成分を表示、親御さんからは「こんなにもカロリー高め!？」と、ビックリした様子、子供たちの視線はソフトクリームに人気集中、今にも食べたそうな表情に！栄養士からは、【おやつは子供にとって楽しみです。量を検討し食べ過ぎないようにしましょうね】とアドバイスしました。親御さんからはさっそく頑張ってみますと嬉しい返答をいただきました。



熊本県栄養士会 山鹿地域事業部
事業部長 中田