

食育月間の取組

施設名	宇和島市 高光公民館
取組の名称	男の料理教室
実施時期	年2回（6月、1月）
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	☒  ☐  ☒  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐  ☐ 
取組内容	○みんなで楽しく料理を作って健康づくりに役立てたり、バランスの取れた食事（減塩等）の大切さをお伝えしています。 ○市の保険健康課に講師を依頼し、年に2回行っています。参加者は、主に高光春秋会のメンバー（高齢者）ですが、1月開催分は、地区社協との共催で行っています。毎回、10～15名の方が参加してくれています。 