

報道機関に依頼する事項に○をつけてください

①実施する事業の紹介

②催事等の参加者募集

③催事等の当日取材

報道取材情報(沼津市)

平成 30 年 9 月 18 日(火)発表

名称等	「パパとキッズのわくわくクッキング」を開催します!!
実施日時	平成 30 年 9 月 24 日(月・休) 10時00分～13時00分
検診場所	保健センター調理実習室及び保健指導室(住所:沼津市八幡町 97)
担当	市民福祉部健康づくり課
	直通 055-951-3480・055-951-2460 内線 5352

1 内容

父と子の調理体験を通して家族で食育について考え、参加した父親が自分の健康づくりについて振り返る機会とします。

対象 年長～小学校 3 年生とその男性保護者

参加費 1 人 500 円(食材費・保険料)

2 目的・理由

沼津市第 2 次食育推進計画における「共食(きょうしょく)の推進」として家族そろって食事をする事の大切さについて啓発することを目的としています。

目標は以下のとおりです。

- ① 働き世代の男性に対する肥満や高血圧症などの生活習慣病予防の普及
- ② 家族で調理体験を行うことで親子共に食の大切さや作る喜びを体感
- ③ 食事を共に食べることにより、共食と食事のマナー、正しい作法の普及啓発

3 経緯・経過

日々仕事で忙しい父親は、自分の健康について振り返りをする事ができない。また子と触れ合う機会が少ないなどの状況を踏まえて、このイベントは、「父親への健康づくり支援」「クッキング体験を通して父子のふれあい」「家庭で試食体験を通して食育、共食の大切さを啓発」するイベントとして実施するものです。

4 特徴

- ・今回申込み多数の為、当初予定した 12 組の定員を増員し、18 組の親子が参加します。
- ・父親と子で調理をしない家庭も多いため、機会を作り一緒に作る喜びを感じてもらえます。
- ・共働き世代が多く、平日に休みをとる事が難いため、休日に合わせて日程を組みました。
- ・働き盛りの人の肥満の割合が高いため、当日は受付時に父親の体組成測定をし、子どもから父親に子どものメッセージ入りの結果表を渡し、父親が肥満予防や健康づくりに取り組むことができるよう支援します。
- ・また、母親も参加し、別室にて健康運動指導士によるリンパマッサージ体験を行い、日頃の子育ての疲れを癒すことができます。
- ・対象年齢以下の子の託児も行い、母親は一人でゆっくりとした時間を過ごすことができます。
- ・調理実習終了後は親子そろって食事を摂りながら栄養講話、生活習慣病の予防の知識や共食の楽しさについて学ぶことができます。