

事業名	いそがしい朝でもOK！バランス朝ごはん 朝ごはんて元気もりもり今日も一日がんばろう		
実施日	平成25年9月25日(木)	関係機関 (団体)数	1団体 (おかやまコープ美作エリア)
実施時間	10:00～12:00	関係者数	12人
会場名	おかやまコープ林田店	参加者数	24人

<事業の実施内容>

○事前に津山市健康増進課の方を招いて実行委員会で学習会を実施しました。

○企画当日



<スケジュール>

- 10:00 開会
- 10:05 食育についての学習発表・・・①
- 10:15 食育バランスガイドを使っての学習交流・・・②
- 10:45 グループごと調理、試食、交流・・・③
- 11:30 アンケート記入

①



②



③



◆寄せられた感想

- ・いままでこのようなことに目が向いていなかった。けれど参加して勉強する事ができた。
- ・こどもが朝食を抜かないようにいろいろ工夫したいと思います。
- ・最近バランスを考えていませんでしたがまた考えて作るきっかけになりました。
- ・津山市の朝食摂取の状況やバランスガイドの説明はとてもわかりやすく楽しい雰囲気とてもよかった。
- ・いつもメニューがワンパターンになりがちだったので参考になりました。