

運動・口腔部

部員 14名

部長 藤原 チイ子

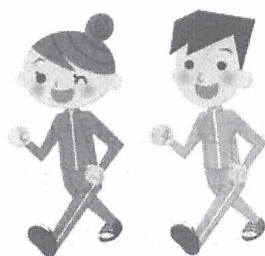
副部長 新津 公子

活動目標

食生活改善委託事業を推進していくために、特に運動と口腔衛生について研究・学習して、伝達講習に生かしていく事を目的とする。

- ◆令和5年6月20日(火)
第一回専門部会 (10名)
ウォーキング
信夫学習センター
城山公園

- 令和5年度活動の確認
口腔衛生ケアの日時の設定
ウォーキング

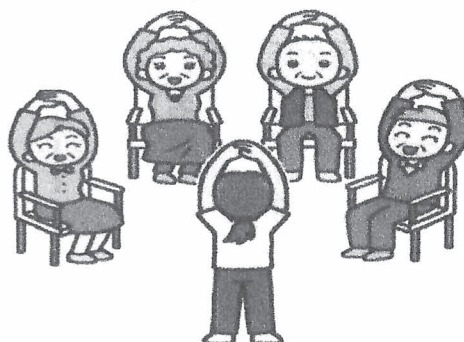
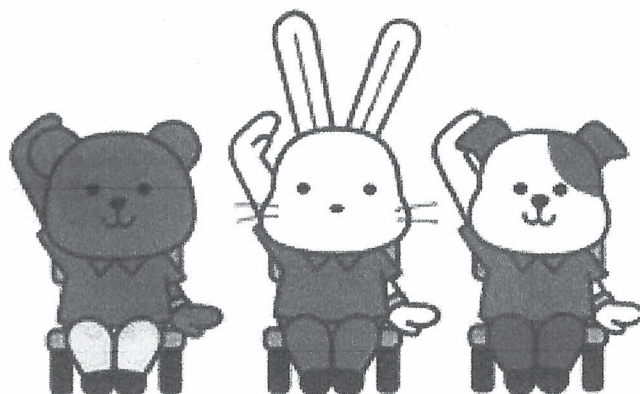
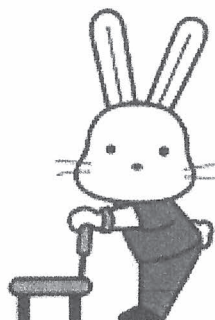


- ◆令和5年8月23日(水)
口腔衛生ケア勉強会 (12名)
保健センター (和室)

- 2名の講師指導のもと
活発な質問多かった



◆令和5年11月17日(金)
ももりん体操 (9名)
信夫学習センター



◆令和5年12月8日(金)
カルシウム摂取調理実習 (9名)

●2名の市の職員の指導で
きめ細かな運動ができた

●主食 (栗ぶかし)、主菜 (鯖のミルク味噌煮)、
副菜 (ほうれん草と凍み豆腐の卵とじ)
鯖出汁のあら汁

