

令和元年 11 月 5 日

<タイトル> 「高齢期の食を考えるつどい」の開催について

高齢者が寝たきりにならず、できる限り長く、自立した自分らしい生活を送るためには、たんぱく質をしっかりと取り入れたバランスの良い食事と、それを食べるためのお口のケアが大切です。このことを広く市民のみなさまに理解を深めていただくことを目的に「高齢期の食を考えるつどい」を次のとおり開催します。

<日時> 令和元年 11 月 16 日(土) 時間 10:00～12:30

<会場> トキのむら元気館

<内容>

- 9:30～ 受付
- 10:00 開会
- 10:10 第2回元気100歳いいねかっちゃ弁当コンテスト表彰
最優秀賞・優秀賞・佐渡市長賞
- 10:30 報告「平成30年度佐渡地域高齢者の栄養状態の実態把握について」
- 10:50 講演「寝たきりにならない人は、よく食べてよくしゃべる」
講師 まもる歯科 院長 渡部 守 先生
- 12:00 お口の体操
- 12:10 第2回元気100歳いいねかっちゃ弁当コンテスト最優秀作品試食会
(限定100食)

*添付のチラシをご参照ください。

本件についての問合せ先
佐渡市役所 高齢福祉課 高齢福祉係
担当: 飯田
電話(直通)0259-63-3790