

2013カワラッキー賞 カワラッキー賞受賞

健康づくり推進委員ひがしグループ

*** 自分の身体を見つめ直そう ***



← おやつのカロリーダーツ

このおやつのカロリー
ごはん何杯分？

地域で”健康づくり”を意識した行事を計画し、体験してもらいながら普及活動をしています。

翼小夏祭り「e-デイ」、高取公民館祭で、生活習慣病予備軍である子どもの肥満に着目し、「おやつダーツ」を行いました。おやつのカロリーをごはんに換算すると何杯分になるかを知らせ、親子でおやつのとりに方について考えてもらいました。