

生活困窮・孤独孤立支援プラットフォームメールマガジン 2025年3月19日発行

【本日の内容】

(1) 【おにぎりの会】

「ほっとラクうまクッキング」の開催について（3月23日開催）

※ 本メールマガジンは、「とくしま孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム」及び「生活困窮者自立支援プラットフォーム」に参加いただいている団体の方々へBCC送付による一斉送信でお送りしています。

※ 両プラットフォームを合わせて、現在「175団体」の皆様に、ご参画いただいております。

※ 両プラットフォームの詳細や、これまでのメールマガジン・バックナンバーにつきましては、こちらのURLからご参照ください。

「<https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippannokata/kenko/chiikifukushi/7244074/>」

=====

(1) 【おにぎりの会】

「ほっとラクうまクッキング」の開催について（3月23日開催）

「おにぎりの会」では、健康・予防・自立支援などを、専門家チームが食を通じてサポートする取組を行っています。

このたび、3月23日に、高齢者向けのフレイル予防料理教室として「ほっとラクうまクッキング」を開催します。

管理栄養士監修の「フレイル予防のための料理教室」となっておりまして、「健康的な食生活を始めたいけど、何から手を付けたらいいのかわからない…」といった方のために、管理栄養士が直接アドバイスもします。

「簡単に続けやすいレシピ」「栄養の基礎知識を楽しく学べる」「食事の悩みを相談できる質問タイム付き」「管理栄養士・理学療法士・介護支援専門員などの医療・福祉の専門職がスタッフ」といったところが特徴の料理教室です。

一緒に楽しく健康的な食事を作りませんか？

また、今回の料理教室は、「高齢者の低栄養防止コンソーシアム徳島」が実施する「ふれあい医福食農フェア」とのコラボ企画として開催します。

当日は、ふれあい健康館の中で、「ほっとラクうまクッキング」の他にも、「フレイルチェックスタンプラリー」「薬剤師セミナー」など、様々なイベントが開催されています。

皆さまの御参加をぜひお待ちしております！

(※詳細は、Instagram (@onigirinokai2525) をご覧ください。)

「<https://www.instagram.com/p/DHDkmkVyPQ0/?igsh=OGliY2RnZG5weTd0>」

【ほっとラクうまクッキング 概要】

○開催日時：

・令和7年3月23日（日）10:00～12:30

○開催場所：

- ・ふれあい健康館
(徳島市沖浜東2丁目16番地)

○参加申し込み：

- ・御参加いただける方は事前申し込みが必要となります。
(申し込みはこちらから)

「https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfTiov_OUkDrkRjx1TagJ-FdHzaWIhfIbkCUa_zxusrhv80Q/viewform」

○費用：

- ・1,000円(材料費込み)

○持ち物：

- ・「エプロン」と「三角巾」をご持参ください。

=====

プラットフォーム参画団体の皆さまにおかれましても、
活動される内容について、プラットフォーム内で告知いただきたい事項等がありましたら、
事務局まで連絡をお願いします。

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

生活困窮・孤独孤立支援プラットフォーム事務局
(徳島県 保健福祉部 地域共生推進課内)

電話：088-621-2938

ファクシミリ：088-621-2913

Email：chiikikyouseisuishinka@pref.tokushima.lg.jp

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★