





北陸学院大学短期大学部③

テーマ 及び目的	地域の高齢者との交流を目的とした昼食会 「いきいきライフ食事会」
対象及び 参加人数	万寿苑来場者 50人
実施日	平成30年 9月8日(金) 12:00~13:30
実施主体	万寿苑 北陸学院大学短期大学部食物栄養学科
会場	老人福祉センター万寿苑
スタッフ	北陸学院大学短期大学部食物栄養学科 学生
内容等	<p>「いきいきライフ食事会」は地域の老人福祉施設に通っている方を対象に毎年開催しており、健康長寿を目指し、高齢者の食生活のあり方をテーマとした講話のほか、学生が心を込めて調理した「長寿弁当」を歓談しながら喫食してもらっている。毎年、加賀野菜や金沢の郷土料理など多数の料理を盛り込み、栄養や嗜好、咀嚼を考慮した献立になるように工夫している。食事後は高齢者の栄養をテーマに、健康で元気に生活するためのフレイル予防や免疫力アップの秘訣やクイズで盛り上がった。毎年、楽しみにしている参加者も多く、学生たちはいきいきとした高齢者の姿に圧倒されながら、和やかに交流することができた。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>
成果	参加された方々に、元気で長生きするために、低栄養にならないことや筋肉を維持することなどについて関心を持っていただくことができた。また、学生ともども楽しい一時をすごすことができ、良い交流の場ともなった。
今後の課題 感想等	毎年の恒例行事で何回も出席されている方もいるため、食に関して注目されている新しい話題や料理などを取り入れて、継続していきたいと考えている。