

2023年なないろ通信 3

第3回公開講座を開催しました！

テーマ「お一人様お料理」

講師：橋本 廣子 なないろルーム担当

岐阜医療科学大学可児キャンパス

2023年7月15日(土)



地域住民の参加者：24名 オブザーバー1名：可児市高齢福祉課柴田係長（市からの急用で途中退席）
大学スタッフ：野末先生、事務局小林さん 学生ボランティア：3名

担当者の感想です

今回は「お一人様お料理」のテーマで公開講座を行いました。大学の栄養学実習室の収容人数が限られていますので、定員を24名とし参加者も24名でした。その方々の内訳は男性11名女性13名、そして今回公開講座に初めて参加した方も6名あり、企画した側としては嬉しい限りです。

今回のテーマを夏バテ予防とし、最初に5-10分程度夏バテの原因や、食事を含む予防の講義をし、その後調理に移りました。男性もお一人暮らしの方は自分で調理されている方も多く、参加された方は皆さんとても手際よくされ、時間内に試食まで行うことができました。

また、女性の参加者の中には介護の支援をしておられる方もおられ、最近では男性が妻の介護するケースも多くなっているとのため、勉強のために参加したと言われる方もおられました。

今回はアンケートを取りませんでしたので、担当者の感想にしました。

8月は2回公開講座を行います。8月19日可児キャンパスで「医療での放射線利用～検査の被曝は大丈夫」。8月26日関キャンパスで、「いきもの」のからだのなかには虫だらけ～寄生虫の世界～です。一緒に学びましょう！

なないろルーム担当：橋本廣子