

2019年度 活動報告

「泉区の青果物×スポーツ栄養・地域活性化プロジェクト」

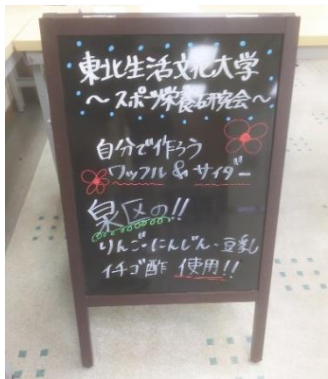
① 泉ヶ岳トレイルラン大会での様子

泉区産の豆乳やリンゴジュースを用いたオリジナルワッフルの販売をしました（アスリート向けに味付けはブドウ糖）。またJA根白石の協力を受け地元の野菜も販売（袋の中にアスリート向けの簡単レシピをつけて提供しました）。



② 泉区民文化祭での様子

泉区産の食材入りワッフルを自分で作る体験コーナーを設けました（お勉強向けに味付けはブドウ糖）。またブドウ糖は脳のエネルギー源だと説明する展示物を作成。ご飯やパンや麺などに多く入っているとする食育活動をしました。



<p>①この取り組みの主旨</p> <p>仙台市では近年の少子高齢化が顕著となり、特に高齢者の増加が顕著です。また、高齢者の増加に伴って、認知症や介護が必要となる高齢者の増加が懸念されています。高齢化社会の中で、高齢者の健康維持や認知症予防が重要な課題となっています。この取り組みは、高齢者の健康維持や認知症予防に貢献することを目的としています。</p> <p>「泉区産の食材」を用いた「ワッフル」の提供を通じて、高齢者の健康維持や認知症予防に貢献することを目的としています。</p>	<p>②通常時、脳のエネルギー源はブドウ糖のみです</p> <p>脳の好きな栄養</p>
<p>③ワッフルって食べたことないよ！</p> <p>いいえ大丈夫。毎日食べています。ワッフルは、ご飯やパン、麺に含まれています。</p>	<p>④ちなみに、今日のワッフルは、パンの生地をワッフルで味付けしています</p>

毎日ご飯、ちゅんちゅんと食べてればワッフルは十分足りています
ちゅんちゅんと食べても不安？ 糖質が足りないんじゃないかな？

泉区の美味しい食材と、ワッフルで、頭も体も元気に過ごしましょう！

③ 活動を通じて

「泉区の食材を食べて頭も体も強くなろう」をコンセプトに、泉区の青果物をスポーツ栄養を通じて地域にPRすることができた。最終的には「運動や勉強で強くなりたければ泉区に食べに来よう」となるような未来を目指していきたい。