

【学習プログラムのリデザイン】 各グループ発表内容

* 聞き取りによる板書

<西部会場>

学習目標

- 具体的に書く(技術) 切方
- 意識を変える 健康的な食事(知識) 栄養
- 健康仲間作り 見える化する(計画) 見取り
- 食、生きがい

対象 定員

- 引きこもりがちな男性 4名(1テール)
- 60歳以上(10名)

参加費

- 400円(1回)
- 米持参・殺菌

学習内容

- 意識を変える
 - 楽しい・得意になる
 - うれしい気持ちになる
- からふるしをける など 専門的な事を学ぶ

学習の担当者

- 栄養士
- 地域の名人さん

評価

- 受講者の様子から
- アンケートを取る
- 課題をとらえる

<東部会場>

学習目標

- 家族にふりまう(意識)
- 一緒に作って仲間を作る
- 自分の健康について知る
- 自宅自分で料理を作ることができる
- 盛り付け、切方

(プログラム名)

- 1から学ぶ男の料理
- オレの料理教室
- いっしょになっても始められる
- 楽しい男の簡単料理
- 男の料理(料理ス〜)
- 1から学ぶおこし

男性 各

- 15人 4~5人
- 50歳以上 初心者
- 男性プラス女性1名
- 申し込み

(参加費 留意点)

- ↑ 男性電気 殺菌 消毒
- ↑ エアコン代 500円(各)
- 米は持参
- 保存食品持参
- 旬な食材

内容

日にちについて

- 間をあけざい
- 曜日と時間は決める
- 対象者に合わせる

見本

- 対象者 6名
- 2回目 アンケート
- 包丁を使いたい!
- ニーズを 取り込む

① 9月 野菜ソムリエに教えてもらう(有料講師)

② 10月 カレー スタミナ満点「定食」・食生活推進・栄養師 根菜 冷やし中華 穀類(無)

③ 11月 レンジを使って簡単料理(缶詰(防災) 炊飯器 季節の野菜)

④ 12月 自信につながる「家族向けサイズ」 「クリスマス料理」

<北部会場>

学習目標)

- 日常生活の見直し(栄養について)
- 食生活の改善
- 予算 健康人間性
- 料理の調理方法を身に付ける

(事前の準備)

- チェック表(自己点検)
- レシポ
- アレルギーチェック
- 衣服(エプロンなど)
- 対象者の事前把握
- 食中毒(経験ありなし)

展開)

- 休日設定
- 9,10,11,12月
- 10月ごと
- 平日(休曜日)
- バスの時刻表に合わせる
- 少しづつ回を重ねるうちに時間を増やす

(テーマ)

- 基本 1. 朝ごはん
- ↓ 2. 昼ごはん
- ↓ 3. 夜ごはん
- (いかにXCOO)
- 4. 成果発表 4. 包丁の活用法
- まとめ

(場所)

- 統一設定

プログラム名)

- 男の簡単調理クラブ
- 男の簡単フッキング
- フッキング
- ~炊飯器でもOK
- プランパのわくわくフッキング

変更(対象者)

- 60歳以上 10名
- 30名
- 1人から 65歳以上

費用)

- 4回で2千円
- (1回 500円)
- 1回で4円