



益 田 市

令和元年 12 月 5 日

報 道 発 表 資 料

担当課	美都総合支所地域振興課
担当者	吉田・石橋
電話番号	0856-52-2312
FAX番号	0856-52-2190
E-mail	lmutsoo-ishibashi@city.masuda.lg.jp

「もっと・ずっと・元気に暮らそうツアー」について

●実施日・対象者

- | | | | |
|-----|-----------|-------------|------|
| 1回目 | 12月12日(木) | 丸茂フラワーサロン | 約20名 |
| 2回目 | 1月16日(木) | 山本郷地区、大神楽地区 | 約10名 |

●内 容

①バランスの良い食の提供

- ・美都中学校ランチルームで中学生徒と会食、交流をする。

②健康に関する情報提供

- ・調理場栄養士による献立説明と栄養の話聞く。
- ・支所保健師による介護予防の話聞く。場合により美都温泉健康教室に参加する。

③買物支援

- ・帰りに地元商店（ラーバン）で買物をする。

●スケジュール

1回目（丸茂郷集会所でサロン開催後サロンお世話人による送迎）

- | | | |
|-------|--|-------|
| 12:00 | 美都中学校ランチルームへ集合 | |
| | 長戸栄養士から献立説明と栄養についての話 | |
| 12:30 | 中学生徒と一緒に配膳、会食 | |
| | （益田市副市長、益田市社会福祉協議会会長、同美都支所長、美濃商工会会長、美都総合支所長、美都地域振興課長、会食予定） | |
| 13:10 | 支所保健師の講話 | |
| 13:30 | ラーバンで買物 | 自宅へ送る |

2回目（山本五五会による送迎）

- | | | |
|-------------|-----------------|-------|
| 12:00~13:10 | 1回目と同行程 | |
| 13:30 | 会食後美都温泉の健康教室に参加 | |
| 14:30 | ラーバンで買物 | 自宅へ送る |

●美都地域で目指す姿

<地域資源を活用し地域で支え合うイメージ>

