

全日本民医連の伊藤真弘先生がHPH国際カンファレンスのオーラルセッション（口演発表）でプレゼンされました。演題テーマは「日本で最初のHPHセミナーの成果とその後の実践～日本HPHネットワークに向けて歴史的一步を踏み出す～」でした。

この演題のなかで、具体的な実践例として、大泉生協病院と練馬協議会のとりくみを紹介していただきました。1つは、HPH体操。もう一つは、練馬区とともにとりくんでいる「わかわかかむかむ元気ごはん」試食会です。



大泉生協病院のHPH体操。リハビリ科の秋野ひかるさんの考案・開発。月曜日バージョンから金曜日バージョンまで日替わりです。大泉生協病院では毎朝、職責者&医局朝礼で体操しています。



練馬区が開発した「わかわかかむかむ元気ごはん」の試食会。高齢者向けの食事レシピ集です。  
①電子レンジで手軽に作れること、②高齢者に不足しているタンパク質をしっかりとること、③しっかりと噛むことが強調されています。  
写真は、石泉支部での様子。



試食会や勉強会は、練馬協議会の4支部で実施しています（2013年6月現在）。練馬区の保健師、栄養士の方が、応援してくださっています。

国際カンファレンスでは、行政と地域住民（生協組合員）が協力しあって、HPH活動をすすめていることが注目されました。