



令和6年6月24日(月)に、「駒形地区公民館と駒形健康づくりサポートチームの連携事業」参加の方を対象に栄養管理部の小林明子主任栄養技師が出前講座を行いました。

「生活習慣病を予防する食生活～低栄養と塩分の摂り過ぎの予防～」というテーマで、低栄養の予防や減塩の工夫などについて、参加された皆様と一緒に考えました。

今回の講座が、みなさんご自身の健康状態を考え、食生活を見直すきっかけになれば幸いです。
ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。