

令和6年度 第1回勉強会

令和7年1月17日（金）に、能代市健康づくり課 管理栄養士 山崎さんを講師

に招き、能代市出前講座「栄養・食生活について」の勉強会を行いました。

昨年行なった講座とはまた違い、秋田県人は塩分が摂りすぎな事など大変勉強になりました。



山崎先生のお話を真剣に聞く利用者と職員



自分でメニューを考えてカードを選び、塩分が多いか少ないか先生から指導していただきました。

バーゲンで品選びをしているようですが、皆さん真剣です!!（笑）



食べたい物を選んでしまった方も…。



大変勉強になり、とても楽しい時間でした。

山崎先生ありがとうございました!!