

《タイトル》元気で生活するための食生活について～低栄養予防の食事～

《開催日》2022年5月27日 医療公開講座 対面

5月27日（金）栄養科 安藤墨副主任による医療公開講座が開催されました。「元気で生活するための食生活について～低栄養予防の食事～」をテーマに、低栄養にならないための食事の摂り方や、バランスの良い食事の解説、1日の摂取量についてクイズを交えながら講演をしました。

質疑応答の際には、お酒を呑むときの食事内容や食べる順番等の質問をいただきました。また、

今回からLINEでの予約申し込みを行い、参加者の中には「次回の講座の予約を取ることはできますか？」という声がありました。

