

令和6年10月の健康教室開催いたしました

テーマ：『食事バランスガイドを使って 目指せバランス名人』

講師：宇治病院 栄養管理課

地域の皆様 ご参加いただきありがとうございました

～参加されたみなさんの声～

- ・年齢の割に量が多い事。今日の講習で気をつけたいとおもいました。
- ・食事バランスシートを自分で作るのは良かった。
- ・早見表で少しお料理を勉強して体重を増やしたいと思います。
- ・栄養バランスの良い献立、レシピが知りたい。
- ・今の食事を考えなくてはいけないと思いました。

ご意見へのお詫び

【意見】

・良かったが資料の見方にとまどった。ページ数を下に書いてほしい。

【回答】

貴重なご意見ありがとうございました。
次回より改善していきます。



次回の健康教室のご案内

11月15日(金)14:00～15:00

『知って得する肝臓のお話』

講師：宇治病院

副院長 南 祐仁



社会福祉法人
あじろぎ会 宇治病院

