

はつらつ塾(第3回)の講師を担当させていただきました！

座学
食べる楽しみをいつまでも！
“食べることは生きること”



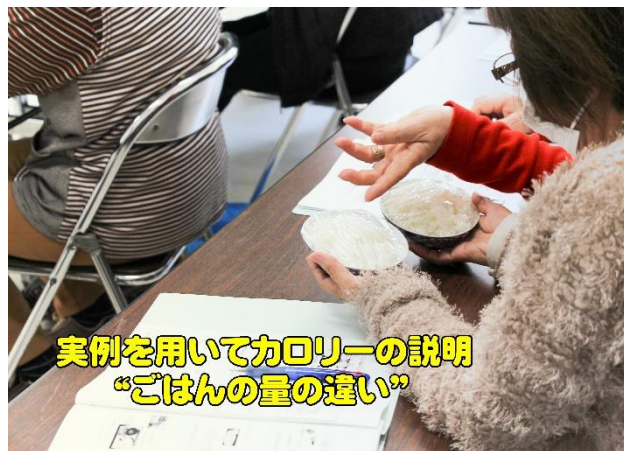
2019年2月6日、枕崎市の一般介護予防事業である元気シニア向け“はつらつ塾”の3回目が開催されました。当院の管理栄養士が講師を担当させていただきました。講義では、健康長寿を目指すためには“バランスの良い食事が重要”とお話くださいました。

また、“食べる楽しみ”について、当院に入院しておられる患者さんへの工夫例などもご紹介いただきました。

※平成30年度の募集は終了いたしました。



管理栄養士の観点からお話を
させていただきました！



実例を用いてカロリーの説明
“ごはんの量の違い”



座学終了後
理学療法士の指導による
運動を行いました！