

令和元年度 健康づくりフォーラムinやまが

(糖尿病予防啓発活動同時開催)

日 時 和元年 9 月 29 日 (日) 14 : 00 ~ 16 : 30

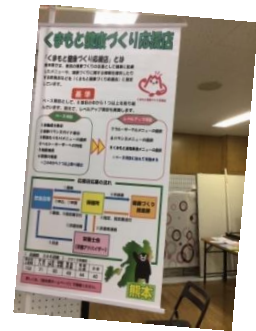
会 場 名 山鹿市健康福祉センター



参加数 205 名 栄養相談人数 44 名

食育栄養相談コーナーでは、老若男女問わず多くの皆様に栄養食事相談にお越しいただきました。今年では若手をはじめ、子育て奮闘中の栄養士を含む 5 名の栄養士たちが専門分野、得意分野を活かし高齢者から子供までを対象に、バランスの良い食事の摂り方・減塩の方法についてアドバイスいたしました。

血糖値チェック後の方には、医療機関での指導を受けているか確認後、丁寧にわかりやすい指導を心掛けて行いました。



毎年参加の 70 代の女性から、「数年かけて検査値が基準値に入ることができ、食事は重要ですね！食事と散歩を続けてよかった！」と、うれしいお言葉をいただきました。今後も、市民の皆様の健康づくりに貢献できますよう、栄養士一同頑張ります。今回ご協力いただきました栄養士の皆様お疲れ様でした。

山鹿地域事業部 中田百合子

