

『大人の栄養教室』 外部セミナー報告

平成25年9月22日(日)、
地域包括余暇センター『プレイケアセンター東矢口』様で
開催されました外部セミナーに当社スタッフ(管理栄養士)が
講師として参加致しました。



栄養教室では**血流測定カメラ**を使って
ご自分の**健康状態**を実際に見るとい
う体験をしていただきました。

初めてご自分の血流を見た方がほとんどで
「流れが速い!」「くねくねしている!」など
の声があがり、とても盛り上がりました。



また「油ものが好き」「血圧が高い」など
の相談もあり、個別の栄養相談で皆様と
密にお話しすることができました。



注目の「**腸内環境**」についても基本的な腸の働きから、腸が第2の脳
と言われる理由など雑学も交えてお話をしました。

地域包括余暇センター『プレイケアセンター東矢口』様では
【健康】と【交流】をキーワードに様々な講座が行われています。
栄養教室では人と人のつながりを大切に、地域の方のお役に
立つ有益な情報を提供していきたいと思っております。



株式会社トラストファーマシー