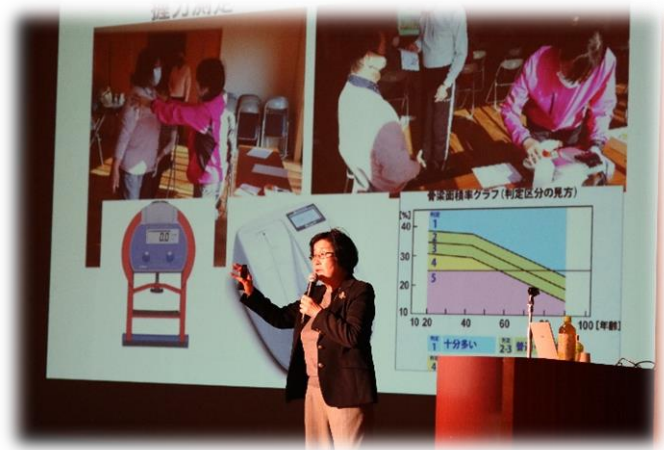


【栄養学科】宗像・遠賀地区食生活改善推進協議会研修会での講演

11月13日(木)宗像・遠賀地区食生活改善推進協議会の研修会にて、本学家政学部栄養学科の巴教授による講演会を実施いたしました。

食生活改善推進協議会とは「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、バランスのとれた食生活の定着を目的に活動を行う全国組織のボランティア団体です。普段は地域住民の方向けに料理教室を企画し、生涯を通じた食育の推進を実施しています。



研修会では、中間市の福田市長や来賓の皆様のご挨拶から始まり、中間市食進会の活動報告、そして巴先生の講演会が実施されました。

普段から意識の高い食進会の皆様に今回は「美しく老いる」をテーマに講演会を行いました。講演では巴教授が実際に研究された事例をもとに、食と運動の重要性が話されました。

終始笑いが起こり、皆様非常に楽しそうに受講されておりました。

また質疑応答でも「栄養が取れるいいこのレシピは？」や「先生が特に良いと思う昔ながらの料理は？」など積極的にご質問いただきました。

とてもパワフルな食進会の皆様から、むしろ私たちの方が元気をもらった研修会となりました。

