## 第92回 明科いいまちサロン 明科健康づくり講座

『健康生活実現と食について』 パート2

令和 3年 11月 24日(水) 10:00~11:45

於 : 明科公民館 講堂 今月度のいいまちサロンは、「健康生活と食について」の2回目として、上級食育指導士 斉藤まさ子さんを 講師に迎え健康食について講義を受けました。参加者は20名程で女性が主のサロンとなりました。 途中で減塩醤油のつくり方の実演もあり、全体的に時間不足の感がありました。代表のあいさつからは、 次年度も講座を続けて開催したいと言う発言もありました。



受付の様子



浅見代表あいさつ



斉藤まさ子講師

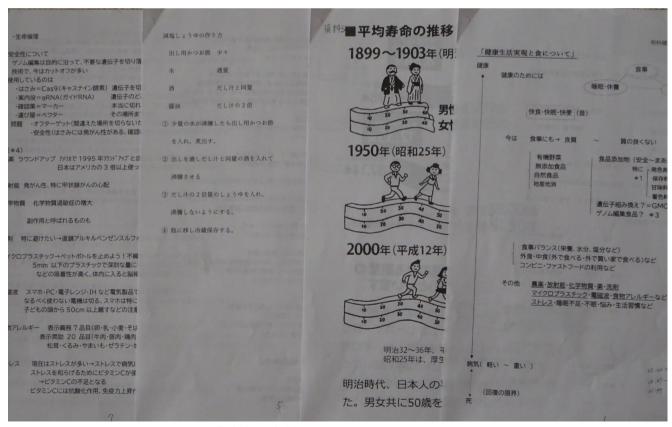
講師紹介している代表



講義の様子



減塩醬油のつくり方実演



講演会の資料