



令和5年度三部研修会を開催

日 時：令和5年11月12日（日）10時20分～15時
 会 場：福井県社会福祉センター4階
 参加者：76名

この研修会は、母子部・若年寡婦部・寡婦部会員相互の交流と研修等を目的に毎年開催しており、本年は福井製菓専門学校管理栄養士 五十嵐菜季氏の「心と身体の健康を保つ食事と中食や外食の選び方」の講演がありました。

栄養学から見た中食・外食のメリット・デメリット、健康な生活を送るための食事の取り方などを学びました。講演後、参加者からたくさんの質問があり、食への関心の高さを感じました。



午後は、各会場分かれて体験会・講習会でそれぞれ有意義なひとときを和気あいあいと過ごすことができました。

「踊るって
 楽しいよ」
 講師 山田喜久代 氏



「歌と体操で
 楽しい時間を」
 講師 上島由美 氏

「クリスマスリースを
 楽しくつくろう」
 環境アドバイザー 大石橋節子 氏

