

【食生活に関する出前講座を実施しました！】

本文

当事務所職員向けに本年度より実施している「健康づくり事業」の一環として、令和3年11月24日に食生活に関する出前講座を実施しました。南会津保健福祉事務所の主任栄養技師の方を講師として呼びし、バランスのよい食事や減塩、食事の時に野菜から食べ始める「ベジファースト」について講義をしていただきました。

#南会津建設事務所 #南会津建設 #南会津 #福島 #東北 #建設 #土木
#南会津町 #ふくしまの建設 #ベジファースト #減塩 食生活 #健康づく
り #出前講座

#minamiaizu #fukushima #japan #civil_engineering #construction
#aizu #tajima

