

《 食育セミナー 》

実施日 2021年5月20日

参加者： 社員5名

検温・マスク・消毒など各員対応及びソーシャルディスタンスを踏まえ実施



食育に関しましては弊社内部でも関心が高く、セミナーを受講したいとの声も多くありましたので、この度は講師の先生にお越しいただき食育セミナーを実施する運びとなりました。

食育のセミナーの際、自身の好きなものや昨日何を食べたか等を紙に書き出してみたところ、日頃から気を付けているにも関わらず如何に偏った好みや偏った食事であるかいうことに気づきました。そして、その偏った好みや食事を続けているとどうなるか、いざ聞いてみると『改善していかなければ自身に跳ね返ってくる』と、意識から食事を改善しなくてはならないなという気持ちになりました。

現在の感染症流行に伴い、感染症対策の一環として健康的な食事を摂取するよう呼びかけしていきます。また、上記の写真からも見て取れますように、ソーシャルディスタンスに細心の注意を払い、講師の先生におかれましては、来社時に消毒等をしていただき徹底して行いました。