

令和3年度第2回市民公開講座(動画配信)



食べることは 生きること

～食べる量が減っていませんか～

「食べる」ことは、私たちが生きて活動していく上で、基本となることです。ぜひこの機会に低栄養予防についての理解を深め、楽しく、しっかり食べて、はつらつとした毎日を送りましょう。

講座内容

【第1部】

「高齢者の低栄養予防について」

講師：栃木県栄養士会 田代 直子 氏(白澤病院 管理栄養士)

【第2部】

「おうちでできる低栄養予防のための口腔ケアについて」

講師：宇都宮市歯科医師会 五十嵐 三彦 氏
(いがらし歯科医院 院長)

動画視聴はこちらから

市公式ホームページから下記のいずれかの方法で検索

- ①サイト内検索にて「令和3年度第2回市民公開講座」を入力
- ②ページID検索にて「1027955」を入力
- ③右記QRコードを読み取り



動画掲載ページから講座の内容に関するご質問も可能です。

(令和3年12月31日(金)まで)

また、動画視聴後は、ページ内のアンケートへの回答にご協力ください。



【お問合せ】

宇都宮市 保健福祉部 高齢福祉課 地域包括ケア推進室
TEL:028-632-5328 FAX:028-632-3040

