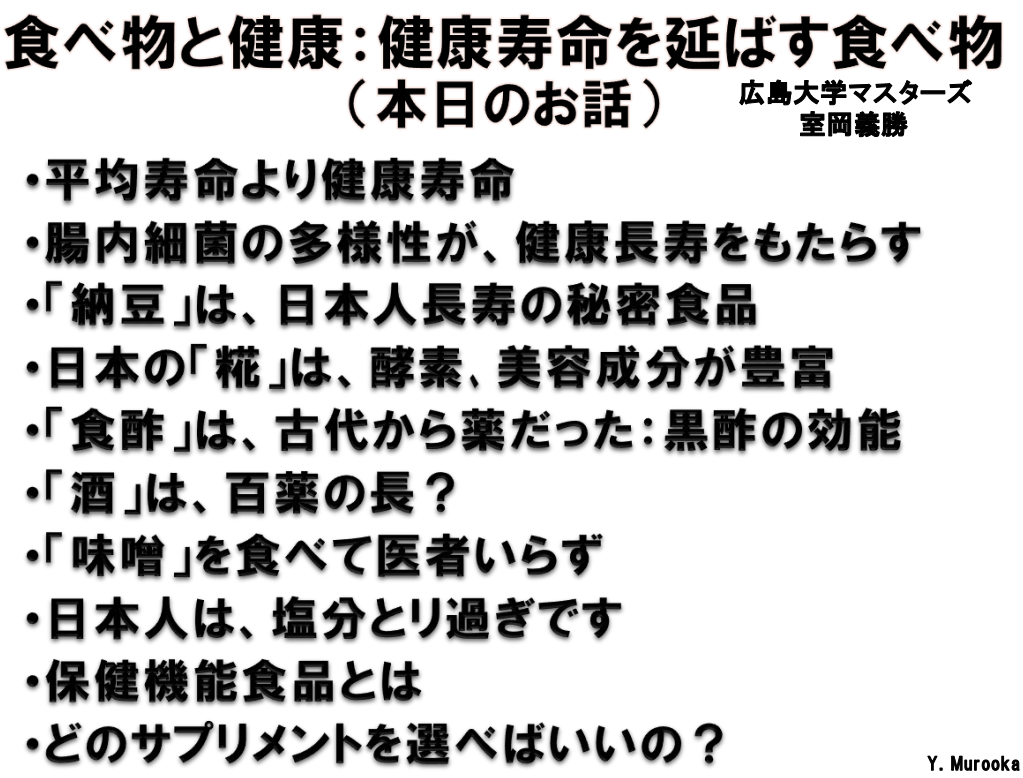
令和５年度 東広島市生涯学習まちづくり出前講座

「食べ物と健康：健康寿命を延ばす食べ物」報告

広島大学マスターズ会員　　室岡　義勝

日　時：　2024 年 2 月 28 日（水）　10：00～11：30
場　所：　東広島市八本松町原　「地域活動支援センターときわ」
参加者：　20 名　（プラス　Zoom 参加者）
主　催：　地域活動支援センターときわ「なるほど納得セミナー第 11 回」
内　容：

以下の内容でパワーポイントを使用してお話をした。ほとんどが高齢者の男女であったが、センター長を始め若い職員も参加された。途中の小休止時間や講座終了後にも多くの日本食やサプリメントに関する質問があり、皆さんの関心の深さが窺えた。ちなみにこのセンターときわは、木造で at home な講演会場であった。講演の広報も前もって充分にされていたが、Zoom 参加者の人数はお聞きしていない。



以上