学生寮食堂食育セミナーが開催されました

７月２２日（水）に、本校学生寮食堂給食業者コンパスグループ・ジャパン株式会社様管理栄養士監修による学生寮食堂食育セミナーが開催されました。セミナーでは、今年度入寮した１年生を対象に３０名を超える参加者があり、メモを取る等熱心に普段の食事について、健康づくりに重要なバランスの良い食事や朝食の大切さに耳を傾けていました。セミナーの最後に各自健康朝食レベルの診断を行い、１日のパフォーマンスアップの朝食をしっかり摂ることの大切さや、今後の食事について、心がけることとしました。

セミナーの様子