



事業報告ミニデイサービス

12月6日（土）、としべつにおいて緑町地区の概ね75歳以上の方を対象にミニデイサービスを開催しました。

今回は今金町保健福祉課・山口栄養士を講師に招き「減塩講座」と題して減塩についての講話と調理実習を行いました。出来上がった料理は普段の料理よりも塩分が少なく味も薄めで参加者は「もう少し塩分が欲しいねえ」と言っていました。「健康のためにはこれくらいの塩分でよいのか・・・」と納得され、減塩＝健康を意識する良い機会となりました。