

糖尿病教室

7月18日(木) 14:00-15:00

1. 知っておきたい！人工甘味料の落とし穴

ダイエットや血糖値を上げないよう、人工甘味料が含まれたゼロカロリー商品を使うことがあると思います。甘味料について理解したうえで上手く使っていけるようお話しします。

講師：水谷（管理栄養士）



2. 食中毒の予防について

梅雨の時期から夏にかけては食中毒に注意が必要な季節です。夏場に発生しやすい食中毒の紹介と予防法についてお伝えします。

講師：平松（管理栄養士）

