

# 第282回 認知症家族懇談会

『食事で夏バテ予防』



平成29年5月20日（土）14:00～15:30 見立病院にて認知症家族懇談会を開催しました。

今回で282回を数える懇談会ですが、今回は当院の管理栄養士が『食事で夏バテ予防』というタイトルのもと講義を行いました。

夏バテ診断・夏バテの要因・予防のポイントや、夏バテによいレシピの紹介、その中から抜粋した甘酒白玉ぜんざいの試食など、勉強になり、楽しめる講義でした。

当日は 9名のご家族の方に参加していただきました。質疑応答の時間では、ご家族の方から、日頃の食事で気になっている点・夏バテ対策についてなどの多くの質問があり、管理栄養士が分かりやすく答える、大変有意義な時間となりました。

次回の認知症家族懇談会は、平成29年6月17日（土）14:00～15:30 見立病院にて、訪問看護ステーションより『訪問看護について』の講話を行う予定ですので、ぜひお気軽にご参加ください。

