

組合・人事部コラボ企画

健康セミナー開催報告

組合初の企画として、人事部健康管理課とのコラボ企画、健康セミナー「朝食を食べて痩せる！実践レシピ付き講習会」を開催しました。健康管理課の上野先生に講師をしていただき、講習会と実際のクッキングコーナーで好評をいただきました。

2023年5月11日（木）12:10～12:45

オンライン開催

昼休み開催だったんだね！



上野保健師

<参加者からの感想>

- ・簡単レシピを紹介してもらって良かったです。
- ・年齢とともに代謝が悪くなるのは仕方ないと思っていましたが、減食するのではなく食べる時間で調整することを教わりました。家族にも知らせたいです。
- ・料理を実践することで、短時間でできることが実感できました。Webだと話を聞きながら視聴者のリアクションが見られることを知り、楽しく見ることができました。
- ・お昼を食べながら気軽に聞いて、先生のお話もすごく分かりやすく、とてもためになりました！レシピ紹介だけかと思っていたら、クッキングコーナーまであり、楽しく拝見させて頂きました。
- ・とっても参考になりました。今回はレシピを紹介して下さるだけでなく、その場で調理するところが斬新で、料理番組を見ているかのように、最後まで楽しく視聴することができました。



今後も組合と会社のコラボ企画を予定しています。ご期待ください！

※無断転載を禁ずる