

糖尿病友の会 霽月会 ランチバイキングを開催しました

11月14日の世界糖尿病デーに合わせ、今年は11月16日（土）にランチバイキングを行いました。

バイキング形式でいろいろな料理の中から、ご自分にあった量を選んでいただきました。



参加者・スタッフの声

- ・カレーのレシピが知りたい。
- ・低カロリーのデザートバイキングをやってみたい。など

白坂副調理師長より美味しく食べるポイントを教えてもらいました。

～美味しく食べるポイント～

1. 旬で新鮮な食材を選ぶ
2. だしをしっかり取る
3. おしゃれなお皿に盛りつける



竹下先生から“糖尿病のあれこれ”と題して、糖尿病と高血圧、脂質異常症との関係について分かりやすく講演していただきました。

