

## 徳島県師会研修会報告

実施日時：令和4年11月6日（日）10：00～13：00

徳島県師会学術部

11月6日、徳島県師会（高島弘和会長）は、徳島保険師会事務所（ハイブリッド開催）にて第3回生涯研修会を開催し、17名（内、オンライン参加12名）が受講しました。（一社）宮城県鍼灸マッサージ師会会長の笹沼正美先生に「食養生で慢性疾患の改善」と題し、講演をしていただきました。

現代の生活習慣病、医療における実態についてお話いただきました。また、その上で健康に過ごすための食事療法や日本人に合った食事、栄養素などについてお話いただきました。参加者からは、実際に先生は普段どんな食事を摂っているのか、おススメの調味料を知りたいなど質問もたくさん出ておりました。