

平成30年度第1回(一社)福井県助産師会研修会

市民公開講座 テーマ 妊娠期授乳期の栄養

助産師は日頃、妊産褥婦さんへの食事指導を含めた健康相談を行っています。近年、妊娠糖尿病など合併症のあるハイリスク妊婦さんも増えてきています。そこで、妊娠期から授乳期までの栄養についての知識の向上を図り、栄養相談の充実を図るため、専門職の方から講義を受けて、日頃の疑問を解決していきたいと思っています。また、ご自身やお子様、ご家族の健康保持、増進のためにも栄養はとても重要です。妊娠中、授乳期、子育て中の方々にも是非「栄養と食事」について一緒に学びませんか。

<日時> 平成30年4月22日(日) 13:30-16:30

<場所> アオッサ7階 県民活動ボランティアセンター706・707号室

<内容>

13:30-15:30 講演Ⅰ

1. 妊娠中の栄養と食事

(食べたほうが良いもの・避けたほうが良いもの・つわりや便秘の時の食事
体重コントロール・妊娠糖尿病のある方の食事・栄養と胎児の発育など)

2. 授乳期の栄養と食事

(食べたほうが良いもの・避けたほうが良いもの・母乳と栄養・
赤ちゃんの発育との関連)

講師：公益社団法人福井県栄養士会 理事 木下充子先生

15:30-16:30 講演Ⅱ

栄養補助食品も上手に活用しましょう

講師：大塚製薬株式会社 ニュートラシューティカルズ事業部
学術部 磯村信行先生

～会員・非会員に関わらず、お誘いあわせの上、是非ご参加下さい～

研修会参加費 会員:1000円・非会員:1500円・一般(医療職以外):500円

参加申し込み先(当日参加も可能ですが資料等の準備のため事前申し込みをお願いします)

FAX: 0776-86-1782(川端) mail: usami@swan.ocn.ne.jp(宇佐美)