

食生活セミナー

現代のビジネスパーソンが知っておきたい、「食事のタイミング」や「食べる順番」など仕事効率を高める食事術に関するセミナーを開催し、健康と食習慣について考える機会を設けました。マルハニチロ(株)のコンビニエンスストアを担当する部署の社員も登壇し、コンビニエンスストア各社の健康的な商品の紹介を行いました。また、当日はランチタイムに実施をし、各自ヘルシーな昼食を用意、食事を摂りながら受講しました。

【実施日】

2022年2月9日

【実施概要】

- ・マルハニチロ(株)社員によるコンビニエンスストア各社の健康的な商品紹介
 - ・仕事効率をアップさせるための食事術
- ～働く世代のパフォーマンスを高める食事～



参加募集のポスター

【参加者の反応】

参加者のアンケートでは、98%の方が「セミナーの内容について今後実施しようと思う」と回答し、具体的には多くの方が「バランスの良い食事を心がける」「血糖値の急上昇を防ぐために野菜から食べる」取り組みを行うと答えました。

