

平日毎日開催！

夏を乗り切るための 栄養教室開催

場所：健康未来24 みらいホール

持ち物：筆記用具をお持ち下さい

参加費：無料

日時：下記のスケジュール参照



プログラム

- 7/3～7 脳梗塞に気付くFASTとは？
- 7/10～14 夏バテを予防する生活
- 7/17～21 症状に合った食事について
- 7/24～28 熱中症とむくみ対策



栄養教室 スケジュール

	月～水曜日	木・金曜日
午前	9:30～9:45	
午後	14:35～14:50	15:15～15:30

どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。