

平日毎日開催！

## 免疫力を上げるための 栄養教室開催

**場所：メディカルフィットネスみらい**

**時間：毎週月～金曜日**

**午前 9：30～9：45**

**午後 14：35～14：50**

**参加費：無料**



### プログラム

- 11/30・12/1 健康を支える免疫力とは？
- 12/4～8 唾液パワーで免疫力アップ
- 12/11～15 粘膜と腸を丈夫にする食材
- 12/18～22 植物の力、ファイトケミカル
- 12/25～29 体温と免疫力の関係



どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。