

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

日時：月～金曜日 9：30～9：45

14：35～14：50

内容は下記のプログラムをご覧ください。



かぼちゃと豆のトマト煮込み

### \* 栄養教室プログラム

- 12/3～7 私達の体を支えている免疫力とは？
- 12/10～14 唾液パワーで免疫力アップ
- 12/17～21 粘膜・腸を丈夫にする食材
- 12/25～28 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。