



ケア研 元気教室

食べることは、生きること



「シニア世代はあまり食べなくてもよい」はホント???
やりたいこと、好きなことを続けていくために、「食べること」について一緒に学んでみませんか?

明石市健康推進課

栄養士 小島 真恵 氏

令和二年2月7日(金) 13:00~13:30

開場: 12:45~

先着
30名様

無料

予約
不要

13:30からは 「まちの保健室」も開催

- ・骨密度や体組成などの健康チェック
- ・体操教室
- ・看護師による健康相談

【お問い合わせ先】

TEL: 078-925-9605

兵庫県立大学 地域ケア開発研究所

※「まちの保健室」は、日本看護協会と都道府県看護協会が連携して全国で実施している、地域の看護提供システムです。

