

健康セミナーのご案内

『人生100年時代 いつまでも元気な毎日を』

～美しく楽しくフレイル予防～

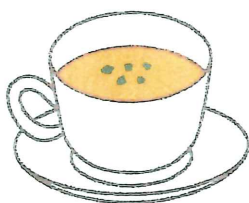
日時 : 11月14日 10時～

場所 : 牛頸公民館

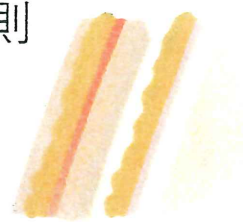
講師 : 雪印ビーンスターク株式会社 栄養士



内容



- ・フレイル予防について
- ・指わっかテスト
- ・低栄養予防の食事について
- ・タンパク質摂取チェック
- ・健康維持のための三原則
- ・大人の粉ミルク
- ・質疑応答



★ 「お腹にやさしい」雪印ビーンスターク試供品もご用意しています

☆ 食生活改善推進会から軽食を用意しています

皆さまのご参加をお待ちしております

※ 参加ご希望の方は牛頸公民館へご連絡ください。

☎ 092-596-3513

主催 牛頸公民館 食生活改善推進会