



筑紫南ヶ丘病院



回覧



# 健康教室



参加無料

## フレイル対策の食事療法 ～1日3食、10品目～

※フレイルとは加齢とともに  
心身の活力が低下することです。



日時

令和7年11月19日(水)  
14時30分～15時30分

場所

メディカルケア南ヶ丘  
1階コミュニティホール

お問合せ

092-595-0595

参加申込み希望の方は上記の番号へ  
お気軽にご連絡下さい。

- ・フレイルにならないための食事療法
- ・効率の良いたんぱく質摂取の方法・調理法
- ・栄養とフレイルの関係性...などについてお話しします！

講師：クリニコ株式会社

ご自宅・公民館  
など無料送迎  
します！

送迎  
します！



※送迎希望の方は前日  
までにご連絡下さい。