

# 高齢者元気はつらつ健康づくり事業



主催 地域包括支援センター社協ふれあい  
枚方市 健康づくり・介護予防課

## 栄養改善教室



### 「減塩による健康講座」

皆様、お久しぶりです！！  
社協ふれあいの健康教室を開催します！今回は「塩分過剰摂取が  
要因となる疾患と予防」と「24時間採尿から塩分摂取量を知る・  
減塩レシピ」と題して有意義なお話を伺い、食生活を見直すこと  
で、より豊かな在宅生活を継続しませんか？

記

日時 令和4年6月29日（水曜日）

13:30～15:00

受付 13:00～

場所 アスティ牧野（上島東町4-18）

対象 65歳以上の枚方市民

定員 先着30名

参加費 無料

講師 医師会・松尾医院：松尾 信郎医師（循環器科）

薬剤師会・いざき薬局：井崎 重文薬剤師



♪♪♪メガネ・補聴器等、必要な方は忘れずにご持参ください。♪♪♪



＜お問合せ・お申込み＞

9:00～17:30（土・日・祝日を除く）

期間 令和4年6月1日（水）～令和4年6月28日（火）

申込先 地域包括支援センター 社協ふれあい

電話850-0344・FAX850-0366にて受付

