



栄養・料理教室

食べ方と食材の選び方で血圧・血糖・コレステロール・肝機能の改善を目指しましょう！どうして数値が上がるのか？何をどれくらい食べたらよいの？にお答えします！（健診結果がある方はお持ちください）

テーマ：「血管疾患病を予防する食事療法」

講師：医療法人社団 興明会 若松あおいクリニック
管理栄養士 小檜山富士子 先生
（福島県糖尿病療養指導士）

日時：10月28日（火）9時30分～12時30分

場所：村保健センター

参加費：500円

持ち物：三角巾、エプロン

定員：20名程度

申込み：10月17日（金）まで

★保健センターにお電話かこちらから➡
お申込みください。



【お申込み・お問い合わせ】
北塩原村 保健福祉課保健係（保健センター）
電話：0241-28-3733