

札幌社会保険総合病院の

いきいき健康教室

入場無料

どなたでも参加できる健康教室を開催いたします。
医療に関する様々な知識と一緒に学びませんか？

第5回

「減塩にチャレンジ！！」

～おうちで作ってみませんか～

日時:平成 25年 11月 6日(水) 14:00～15:00

場所:当院 2階 講義室 (直接お越しください)

【第1部】 塩分をひかえるってどうすればいいの？

富永 史子 (管理栄養士)

減塩は生活習慣病対策としてとても有効です。
減塩の方法やポイントを紹介します。

【第2部】 病院の味噌汁を飲んでみましょう！

病院で提供している、減塩味噌汁を試飲していただき、皆さんに減塩体験していただきます。



お問合せは健康教室担当まで
お願いいたします。

☎011-893-3000

札幌社会保険総合病院

札幌市厚別区厚別中央2条6丁目2-1
(地下鉄新さっぽろ駅9番出口より徒歩3分)