

健康三二セ三十一



高齢者の

暑さに負けない身体づくり

「熱中症予防」と

「夏バテ対策に効果的な栄養」

日時：7月21日（金）

11：45～



場所：2階（大広間またはラウンジ）

講師：南老人福祉センター佐藤看護師

さわやか苑 大鐘管理栄養士

簡単にできるレシピの紹介もあります

皆さん聞きに来て下さい！

