

食事と栄養の話

おいしく楽しく食べて健康長寿

いつまでも若々しく健康長寿を願う皆さん。

必要なのは、毎日おいしくバランスのよい食事をとることです。

管理栄養士の先生が、おすすめレシピなどご紹介します。

ぜひご来場下さい。

日時： 2020年1月23日（木）

14：00～15：00

場所： 松風台自治会館

講師： 茅ヶ崎市立病院

栄養科 管理栄養士



主催： 松風台社会福祉協議会