

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