



# たなべ健康教室



めざせ!



## 元気に長生き 栄養教室

高齢になると食べる機能が落ちたり、筋肉の量が減るなどして低栄養になりやすくなります。低栄養を予防し元気に長生きしていただくために、簡単でおいしく、栄養たっぷりのお食事を管理栄養士がご紹介します。

試食もご用意していますので、ぜひご参加ください。

● 日程：

平成29年 **1月26日(木)**  
**14:00~15:00**

※要予約

(1/24 11:00まで  
受け付けております)

● 場所：**健康管理センター6F クレインホール**

● 対象：**栄養に興味のある方** (最近食事の量が減ってきた、  
痩せてきた、栄養バランスについて知りたい、元気に長生きしたい など)

● 定員：**15名**

● 参加費：**無料**

● 持ち物：**なし**

お問い合わせ先

田辺中央病院 臨床栄養部 ☎ 0774-63-1111