

第9回 健康長寿バイキング教室

日 時：令和6年11月15日(金) 12:15～14:00（11:45受付開始）
募集人数：42名(申込み順)
会 場：中部ろうさい病院 2階講堂
対 象：健康に興味のある方
参加費：1200円



<血圧・血糖をはかってみよう>

受付後、順番にご案内します。（担当：看護師）



時間	講師	内容
12:15	稲垣看護師長	開会のあいさつ
12:20	管理栄養士	バランスよく選び、美味しく食べよう (バイキング料理の説明・選び方・実食)
13:00	休憩	
13:10	理学療法士	自宅で出来る簡単ストレッチを体験
13:30	中島糖尿病内分泌内科 部長	健康・長寿になるために
14:00	中島糖尿病内分泌内科 部長	閉会のあいさつ

持ち物：筆記用具

昼食時の内服薬、インスリンなど（必要な方のみ）

※ストレッチを行うので、動きやすい服装でお越しください

お土産あります！

※申込み用紙は、ホスピタルラウンジにあります。10/31締切

問い合わせ

中部ろうさい病院 栄養管理部 TEL 052-652-5511（代）

