

夏バテ知らず！ 熱中症対策と栄養講座

熱中症対策講話

講師：地域包括支援センター保健師

夏を元気に乗り切るための
コツを保健師が分かりやすく
お話します

栄養講座 & 試食会

講師：宅配クック1・2・3 柳田知美 様

栄養バランス満点の食事の
ヒントと、美味しいお弁当の
試食・紹介です

日時：令和8年7月11日(土)

午前10:00~11:30

場所：浅間会館 第1・2会議室

内容：熱中症対策と栄養についての講話

定員：20名程度 ※事前申し込みが必要です

参加費：無料

！水分を
お持ちください



お申し込み・お問い合わせ
岩村田・東地域包括支援センター
☎0267-67-6910