


健康について楽しく学んで美味しく食べましょう！

健康セミナー & ドクターズ ランチ

第6回


海邦病院グループ
栄養士による料理の
解説もあります！

～ 日ごろからの健康チェックのポイント ～

健康を維持し、人生を楽しむためには、栄養・運動・休養の生活習慣は大切です。今回のセミナーでは、脂肪成分と肥満について、検査技師と放射線技師の観点からみなさんにやさしく詳しく説明します。

講師 ; 海邦病院 放射線技師 大城克也 検査技師 知念仁

食事内容 ; ヘルシーな中華料理 (約500Kcal・塩分3g)

〈 生活習慣病の予防がテーマのお食事です 〉



前回の様子です



写真はイメージ

日時 ; 3月 26日 (木) 11時30分～14時まで

場所 ; ポート・ヒロック レストラン 及び セミナー室

(浦添市牧港 : 電話 0120-87-1609)

料金 ; 1,500円 (税込み:お食事代金として)

対象 ; 健康が気になる方やそのご家族の方
(限定20名になり次第締め切ります)

お知らせ

- * 必要な方は、お薬をご持参下さい
- * お食事後にポート・ヒロックの施設見学が可能ですのでご希望の方は、事前にお申し出下さい。

お申込は、
3月23日まで

グランドホーム ポート・ヒロック
(海邦病院グループ)

受付時間 10:00～18:00 0120-87-1609