

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7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！

高齢者住宅のいろいろと介護保険サービスについて  
有料老人ホーム？ 老健施設？ ケアハウス？などの高齢者向け  
の  
住宅について、その種類や特徴についてわかりやすく解説します。  
そして、将来的に介護が必要になった場合に備えて、  
介護保険で受けられるサービスについても詳しく説明します。

講師 ; 海邦病院 社会福祉士、介護支援専門員 今井長寛

食事内容 ; 旬野菜と寿司御膳 ( 約500Kcal・塩分3g )

〈 今回は、生活習慣病予防・健康な脳をつくる栄養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 ; 5月 21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 ; セミナーに興味のあ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)

お申込は、  
5月19日まで

## 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。

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