

第3回

無料

# 食生活について 考えて みませんか？

## 6月11日(土)

13時～15時 (受付開始 12時半)

■講師：西横浜国際総合病院 栄養科  
管理栄養士 和田 幸子

■会場：汲沢地域ケアプラザ・多目的ホール

※お申し込み不要

持ち物 ●電卓  
●自宅で作ったみそ汁 (なくても可)

体験

ヘルスマイトによる

- 比べてみよう！  
塩分チェック



管理栄養士による

- 自分の  
消費エネルギーを  
計ってみよう！



●お問い合わせは 汲沢地域ケアプラザ地域係：電話 045-861-1727

保  
存  
版

■第4回

8月20日(土) 13時～

「薬剤師の視点から～お薬手帳、ジェネリック薬品、サプリメント等  
について」薬剤師 芦塚 拓也 (西横浜国際総合病院・薬剤科)

■第5回

10月8日(土) 13時～

「むせこみや嚥下(えんげ)機能について」  
言語聴覚士 高山 優子 (西横浜国際総合病院・リハビリテーション部)

■第6回

12月10日(土) 13時～

「血液検査等の検査データについて」  
臨床検査技師 清弘 真衣 (西横浜国際総合病院・検査科)