

無 料 公 開 医 療 講 座

はじめよう減塩生活

～無理なく、美味しく、続けるためには～



- ▼なぜ減塩が必要なのか？
- ▼外食時の減塩を意識した食べ方とは？
- ▼だしてどうやってとるの？

講師

栄養科 管理栄養士

しゅくや
宿谷 かずな

日時

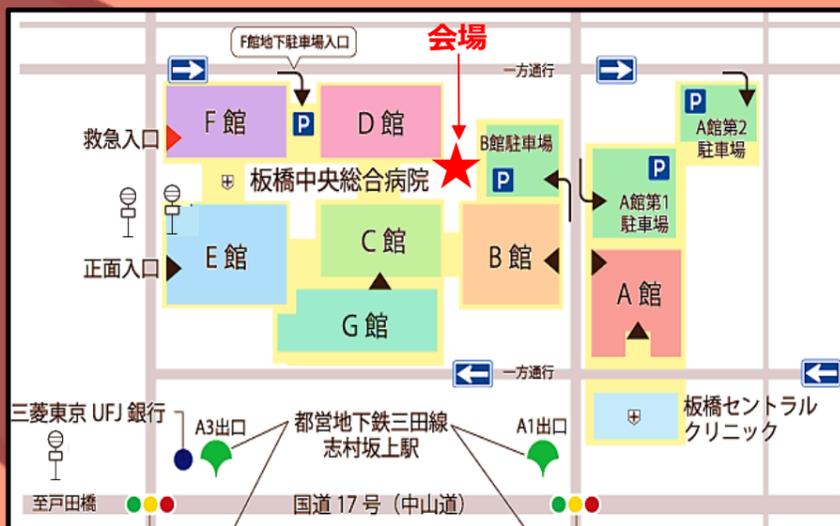
2月24日(金)

10:00～11:30 (受付 9:45～)



場所

板橋中央総合病院 講堂



ご予約はお電話、窓口、webで承ります。

当日のお申し込みも可能です。

皆さまのご参加、お待ちしております！



医療法人
社団明芳会

板橋中央総合病院

地域健康相談室(B館1階)
TEL:03-3967-1198(直通)