

ワンドリンク・
カルシウム入り菓子付き

参加費
500円



今からはじめる

今から続ける

カルシウムのとり方 ～毎日コツコツ骨強化～

カフェおへれんせ 栄養セミナー 第1弾

6/ **14** 土

時間

13:30～14:30

会場

メディフィットクラブうすい



講師 臼井 名津子

管理栄養士として、子供から大人、傷病者からアスリートに至るまで幅広く栄養指導、講演、調理実習などを行っている。臼井医院でも定期的に栄養指導を実施中。

こんな悩みありませんか？

骨粗しょう症と
診断されてお薬を
飲んでいる

骨ケアに必要な
栄養素を知り
たい

簡単に作れる
骨強化メニュ
ーを教えて！



席に限りがありますので事前予約をお勧めしております。席に余裕がある場合当日参加も可能。

申し込み・問い合わせ

メディフィットクラブうすい

☎ 019-663-6660