

大野あけぼの薬局



第7回地域健康教室

テーマ「塩分」と「糖分」ほんとうに身体に必要なの？



健康体操 福士 学 氏(健康運動指導士)

～地域の皆様と一緒に健康作りをおこないます！～

参加料

無料

[日時] 8月18日(土) PM1:30～PM2:30

[会場] 大野あけぼの薬局(青森市営バス停中央高校前徒歩1分)

[参加資格] どなたでも参加できます(先着30名)

*塩分とりすぎるとどうなるの？

*糖分とりすぎるとどうなるの？

*塩分と血圧は関係あるの？

*糖分と肥満は関係あるの？

*減塩対策のポイントは？

*糖質ゼロは体に良くて？



毎月第3金曜日「お薬・健康相談会」実施中

お申込み
お問い合わせ

TEL 739-6987 (平日:10:00～17:00)

申込 参加希望の方は、薬局窓口・電話で受付しております

担当 齊藤、柳谷