脱水！夏バテ予防！

第12回おいしい介護食試食大会

～ やせなくていいんです！

筋肉つけましょう ～

月　日：２０１９年　７月　１１日（木）
１０：００～１２：３０

場　所：あいの里クリニック　２Ｆ　ＴＨＰ室
岡山市南区大福 950-6　TEL (086) 281-6622

お話し：景山甚郷医師「なぜ？夏バテる？」
熱中症の予防と対策
管理栄養士「**食欲ないときの食べ物と食事**」
健康運動指導士「**運動で夏バテ予防**」
＆
試食会：食欲がない時の少量で高栄養な食べ物が大集合！

参加費：無　料（当日は、動きやすい服装で来て下さい）

お問い合わせ・申し込み
あいの里クリニック　(086)281-6622　　森光

※当日、介護についてケアマネジャーが相談をお受けします。