

薬剤師・栄養士による

参加無料

冬の健康づくり教室

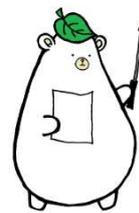
冬の健康づくり・健康維持をテーマに、薬剤師と栄養士による講話や健康メニューの試食を行います。

【第1部】(約60分)

講師：第一調剤 もなみ調剤薬局

管理薬剤師 綿屋 光俊 氏

(札幌薬剤師会 南区健康づくり委員)



南区健康づくり推進係
なんだば

『思い出そう！手洗いの正しい方法～細菌とウイルスの違い』

・インフルエンザ、風邪などの予防と対策 ・薬の正しい使い方 など

【第2部】(約45分)

講師：札幌市南保健センター

管理栄養士 本間 博美 主査



『バランスの良い食事で冬も健康に』

・強い体を維持する食事のポイント ・簡単おすすめ料理の試食 など

令和6年 **12月11日** (水)
14:00～15:45 (13:30開場)

於 南保健センター 1階講堂
(南区真駒内幸町1丁目3-2)

定員 20人(先着順) 参加無料!



申し込み・問い合わせは

南保健センター(健やか推進係) ☎011-581-5211



さっぽろ市
02-003-24-2272
R6-2-1501

SAPPORO