

栄養・リハ教室のご案内

テーマ：肥満と生活習慣病
～楽しく身体を動かして健康づくりしませんか～



日時：2026年9月12日（土） 14：30～16：00（受付14：00～）

場所：鹿嶋ハートクリニック

内容：管理栄養士・理学療法士による講座 レシピ紹介 体操等

※動きやすい服装でお越しください。

※必要な方は老眼鏡をご持参ください。

定員：30人（先着順）

申し込み方法：事前申込制 申込期限：9/9

0299-77-8888

（音声ガイダンス後505を押してください）

受付時間 平日9時～11時

鹿嶋ハートクリニック 栄養部まで

一般の方・患者様向けの教室です。ぜひご参加ください！

楽しく学んで
健康シニアライフに♪

