

今月のテーマ

# 気楽に減塩！ 高血圧の食養生

講師：管理栄養士 瓦林 信子 先生

●気楽に減塩できる食事の摂り方 ●高血圧予防改善の食事レシピ など

令和元年10月23日（水）

じかん／10：30～11：30

ところ／安部薬局

水巻町頃末北3丁目2-5

093(201)0404

※健康相談・指導等…無料です。

お話終了後、おくすり相談会を実施します。  
ご希望の方は、おくすり手帳をご持参ください。

