



榊原記念病院×日清医療食品



榊原のお料理教室

～**心臓**を守る健康レシピ～



講演+会食による、楽しい+おいしい+ためになる講演会です!

今回は、「低栄養」を防いでフレイルの予防対策、心臓病の予防や治療手術後のケアなど、健康寿命の延伸に役立つレシピを紹介いたします。

フレイルとは、加齢により心身が老い衰え要介護状態に至る前段階で、フレイルの予防には、日頃の適切な食生活がとても大切です。

11月11日(土) 11:00~13:30

ルミエール府中

定員:30名(先着順)

参加費:¥1,000

11:00	開会挨拶	院長	磯部 光章
11:05	「フレイルって何ですか？」	総合診療部長	細田 徹
11:20	「フレイル対策! 貯筋運動!」	理学療法士	今 一騎
11:35	料理実演(日清医療食品)		
12:15	会食♪		
	「食べて元気にフレイル予防!」	管理栄養士	皆川 健太
12:45	質疑応答&懇談		
13:25	閉会挨拶	院長	磯部 光章

申込方法

右記QRコード、もしくは下記URLよりアクセス
<https://x.gd/enGcf>



榊原記念病院HPからもお申込できます

<https://www.hp.heart.or.jp/topics/topics-13845/>

後援: 府中市、(一社)府中市医師会、(公財)日本心臓財団

お問い合わせ: 榊原記念病院「榊原のお料理教室」事務局

☎042-314-3111(代表・平日9~17時) ✉kikaku@shi.heart.or.jp