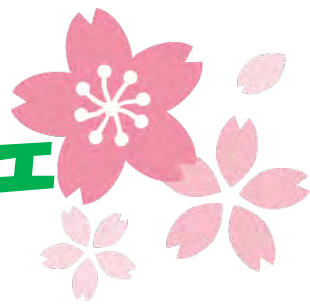


第110回

グリーン・カフェ



4月23日(水)14:00~15:30

〒121-0053 足立区佐野2-32-11

六ツ木診療所居宅介護支援事業所

お茶やお菓子を食べながら、楽しいひとときをいかがですか？

どなたでもお気軽にご参加ください。



1、食と健康

～たんぱく質は足りていますか？～

フレイル予防の簡単レシピのご紹介

六ツ木診療所 管理栄養士 秋野氏

2、キレイな姿勢を維持しよう

～抗重力筋をきたえよう～

理学療法士 宮本氏



[参加費] 無料

担当：春日

[お問い合わせ] 03-5613-8666

★毎月第四水曜日 14:00~15:30 に開催予定です