

# 医師の健康教室

## 「生活習慣病の取り組みやすい食事療法」

毎年開催している医師の健康教室。今年のテーマは「生活習慣病」。

代表的なものは糖尿病、高血圧、脂質異常症。これらを予防もしくは改善するための食事療法について解説してください。



📅 日時 11月6日(月) 14:00~16:00

👩 講師 さつきが丘医院院長 奥山恭子 医師

📍 場所 さつきが丘公民館 講堂

💰 費用 無料

👥 対象と定員 成人40人

※応募多数の場合は抽選

📎 持ち物 筆記用具、飲み物

📅 申込み 10/20(金)~26(木) 9:00~17:00



さつきが丘公民館窓口か電話(250-7967)で。

当館ホームページからも申込み可能です。

抽選後 10/28(土)までに受講決定者に連絡します。