

県民公開講座へのお誘い

入場無料

現在、社会で徐々に問題が大きくなっている“認知症”
脳を健康に保つためには、どのような生活を送ることが大切なのでしょうか？
認知症の発症リスクを上げたり、下げたりするものは何？
特に、食事ではどんなことに注意をすればいいのか考えてみましょう。
料理のレシピもご紹介します。お気軽にご参加ください。



テーマ：「認知症予防は食生活から」

講師 管理栄養士 堂下真弓

日時：平成28年11月19日（土）10:30～11:30
受付10:10～

会場：島原市有明総合文化会館（グリーンウェーブ）
島原市有明町大三東 1382 TEL：0957-68-5800

対象：食生活に関心がある方

参加申込方法：参加を希望される方は、長崎県栄養士会事務局まで
お電話にてお申込み下さい。☎ 095-822-0932
受付時間 10:00～16:00（月曜日から金曜日）



主催：公益社団法人長崎県栄養士会