



～夏場に聞きたい 水分のお話～

今年の夏も熱くなりそうですね!

気づかないうちにかかっているとされる熱中症。予防のために知っておきたい水分の摂り方について、医療生協みみなし診療所の福田看護師長さんにお話いただきます。他に、味噌汁の塩分チェックや減塩味噌汁の試食も行いますよ。

お気軽に参加してくださいね～。

とき：7月13日(水) 10:00～12:00

ところ：ならコープおしくま (奈良市押熊町 1115)

ゆー・あいコープおしくま 調理室

近鉄大和西大寺駅より押熊行バス、終点押熊バス停より北へ徒歩 5 分

参加費：100 円

内容

- ・水分について 講師：医療生協みみなし診療所 福田幸子看護師長
塩分クイズ
味噌汁の塩分チェックと減塩味噌汁の試食
- ・看護師長への質問とミニ交流会
- ・ご希望の方に、体脂肪・血圧・骨密度の健康チェックができます。
裸足になれる服装でお越しください。

申込みは みみなし診療所まで

電話 0744-23-1170

当日、直接会場にお越しいただいても ご参加いただけます。



主催：奈良県医療福祉生協 北和委員会