

なるほど！納得！

「減塩のコツ」



血圧が高めの方や健康が気になる方！

毎日摂取する塩分について見直してみませんか？

静岡県富士健康福祉センターより講師をお招きし、塩のといかたを教えてください。 「ふじのくにお塩のといかたチェック」で普段の食生活を見直したり、血管年齢測定や数種類のだしのテイastingもします♪

7月10日(水)



大富士交流センター(富士宮市)

10:00~12:00

募集人数：16名(応募者多数の場合抽選)
参加費：無料 一時保育：あり(要申込)
持ち物：筆記用具、マイカップ
ご自宅のみそ汁(※塩分チェック希望者のみ)
締切日：6月26日(水)正午

お申込み・お問い合わせ先・受付時間

(土・日・祝を除く 9:30~17:00)

しずおか県本部 0120-71-8107

検索

ユｰｺｰﾌﾞ東部 3

