

# 医療公開講座

## 『代謝を上げる食事』



### ～ 脂肪を溜めない食べ合わせ ～

食べたものが、脂肪や筋肉、エネルギーになるのかは食べ合わせが大きく影響します。せっかく摂取した栄養を脂肪に変えないために、まずは食事を見直しましょう。



予約制

参加費  
無料

春日部中央総合病院 / 管理栄養士 坂井 悦子

日時

平成 30 年 **10月 17日** (水)  
15:00 ~ 16:00

◆アクセスマップ

会場

**春日部中央総合病院 食堂**  
(定員50名) ※駐車場完備



お問い合わせ

予約制の為、下記のお問い合わせ先にご連絡いただくか、お声掛けください。



春日部中央総合病院 地域医療連携室

TEL:048-736-1221 (内線1043)