

12月健康セミナーは食事と運動

で健康寿命を延ばしましょう！

意外と摂取しているかも！？
**食事に含まれる塩は
どのくらい？**

～高血圧を予防して
健康寿命を延ばそう！～

**12.6(土)
14：00～15：00
(受付13：30～)**

**三愛会総合病院 7階小会議室
栄養科 管理栄養士**



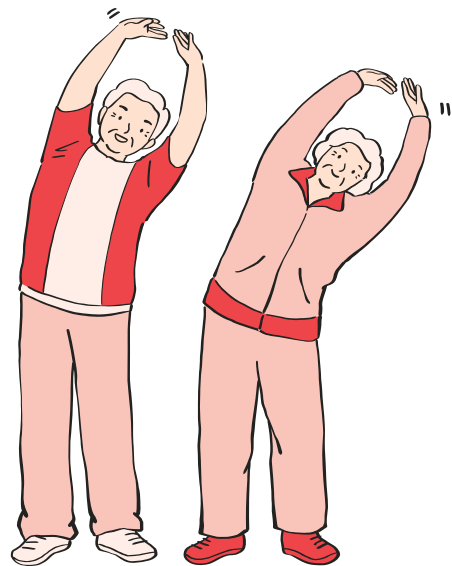
**お味噌汁の試飲を
予定してます！**

※変更になる可能性があります※

**延ばそう健康寿命！
今日からできる
セルフトレーニング**

**12.13(土)
14：00～15：00
(受付13：30～)**

**三愛会総合病院 7階大会議室
リハビリテーション科
作業療法士**



**セルフトレーニングで
心も体もすっきり★**

ご予約はQR/お電話で！



IMS<イムス>グループ 医療法人 三愛会

三愛会総合病院

埼玉県三郷市彦成2-342

048-958-3111