

健康教室のご案内

参加費無料
定員 20名 程度

どなたでもお気軽にご参加いただけます
お申込みはお電話で！ **21-0171**

【テーマ】 おいしく食べて、ずっと元気に ～健康寿命をのばす看護と栄養の知恵～

【日 時】 令和8年3月12日(木)
14時00分～(1時間程度)

【講 師】 介護老人保健施設やわらぎ

看護師長(転倒予防指導士)
土井 恵子

管理栄養士
上森 香凜

【場 所】 ふくよね博愛クリニック

「食べる力」で健康寿命をのばそう！

「最近、食が細くなったかも…」
「飲み込みにくい気がする…」
そんな変化、見逃していませんか？

看護師と管理栄養士が「食べる力」の大切さや、健康寿命をのばすための食べ方・調理の工夫を、楽しくわかりやすくお伝えします。
簡単な自己チェックやミニワークもあり、参加型で学べる内容です！



社会医療法人同愛会 ふくよね博愛クリニック



FH 社会医療法人同愛会
ふくよね博愛クリニック
FUKUYONE HAKUAI CLINIC



〒683-0802 鳥取県米子市東福原7丁目10-3
TEL 0859-21-0171