

第264回

ほろ酔い勉強会

ほろ酔い勉強会



動かない
冬だからこそ

おいしく **食** べて
しっかり **出** しましょう

寒くて動くのがおっくうになっていませんか？
運動不足が続くと、食欲が落ちたり、体重が増えたり、お通じのリズムが乱れたり。
加齢により嚥下機能が低下すると栄養不足や誤嚥性肺炎を引き起こすことも。
健康維持の一番の秘訣は、おいしいと思うものをおいしく食べること！
今回は目からうろこの寒天パワーに注目です。ぜひご参加ください。

①飲み込みに不安があっても
おいしく食べる工夫

諏訪中央病院 丸茂広子

②寒天をおいしく食べて
しっかり出しましょう！

かんてんぱぱ

伊那食品工業(株)研究開発部 竹内友二先生

日時 2024-1/31(水)

14:00~15:30

会場 諏訪中央病院 講堂

 諏訪中央病院
Suwa Central Hospital

お問合せ先：諏訪中央病院 広報調整係 0266-72-1000 (内線1557)

病院ホームページ：www.suwachuo.jp 主催：諏訪中央病院