

暮らしの保健室 開催のお知らせ

参加費
無料

9月28日[土] 14時～15時
ふくろうクリニック自由が丘2階

プログラム 災害時の食事

～「食品」と「知識」を備蓄しよう！～

災害時に不足しやすい栄養素やおすすめの備蓄食品の紹介と、節水調理「パッククッキング」についてお話しいたします。

担当 真島 康希（田辺薬局 管理栄養士）

後半は理学療法士による座ってできる体操を行います。動きやすい服装でご参加ください。



【アクセス】

〒158-0083
世田谷区奥沢6-20-23
フォーラム自由が丘 2F-A
TEL: 03-3701-3351
東急東横線 自由が丘駅から徒歩7分
東急大井町線 九品仏駅から徒歩7分

こちらは→→→
暮らしの保健室の
開催日
お知らせする
LINEのQRコードです



主催：ふくろうクリニック自由が丘
共催：九品仏あんしんすこやかセンター
奥沢あんしんすこやかセンター・田辺薬局
つぐみナースケアステーション
たかはし内科クリニック自由が丘