

高血圧予防教室



高血圧予防に効果的な食生活とは？
減塩の**基本**、食事の**コツ**について、
管理栄養士がお話しします！



日時

9/3 (木) 10:00~12:00

場所

福祉保健センター

対象

満18歳以上の市民

定員

30名

内容

血圧測定、塩分チェック、講義

申込

電話または申込フォームで

参加費
無料



▼お申込み・お問い合わせ▼

戸田市福祉保健センター 健康づくり担当

☎048-446-6453 平日8:30~17:15