

病院で学ぼう！考えよう！

聖和病院では、毎月第4水曜日の午後から「せいわカフェ」を開催しています。

この活動は、当院が地域のみなさまへ、治療だけではなく、より地域に寄り添うことを目指して取り組む活動です。

せいわカフェ
in みやこじま

開催日

7/23
(水曜日)

健康寿命と 栄養について

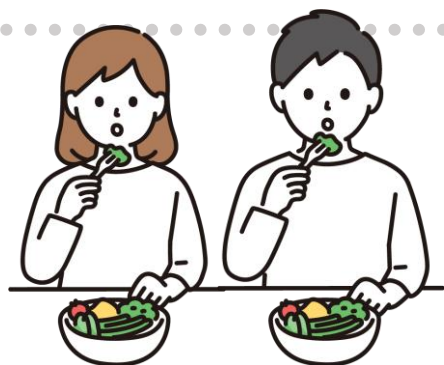
時間 ▶▶ 13:00～13:30

場所 ▶▶ 聖和病院 1階

参加費 ▶▶ 無料

定員(要予約・先着順)

15名



介護が必要となる主な要因には、認知症、脳卒中、高齢による衰弱が挙げられます。

さらに、偏った食生活が肥満、脂質異常症、糖尿病、高血圧症などの原因となり、健康を損ねる可能性があります。

また、低栄養によるフレイルやサルコペニアは筋力や骨量の低下につながり、転倒や骨折の原因にもなります。

健康寿命を延ばすために、今回の「せいわカフェ」で当院管理栄養士の話聞いて、食生活を見直しませんか？

※当日はマスク着用のご協力をお願いいたします。

※ご参加の際は、事前にお電話または受付にてお申し込みください。

◆受付時間／9時～17時(月～土曜日)

1回参加するごとにカードにシールを1枚貼付させていただきます。シールが4枚貯まったカードは、「せいわカフェオリジナルグッズ」と交換できます！

