

おいしく食べる 減塩のコツ

食塩の摂り過ぎは、高血圧や腎臓病、動脈硬化の原因となります。
減塩のための食品の選び方やおいしく食べるコツなどをお話しします。

〈日時〉 令和8年 **5月27日 (水)**

14:00~15:00 (受付13:30~)

〈料金〉 **1,000円** (当日お支払いください)

〈講師〉 関東労災病院 治療就労両立支援センター 管理栄養士

〈場所〉 関東労災病院内 総合研修センターB館1階

*汁物の塩分測定をします！

ご希望の方は、味噌汁やスープなどの汁物 (50mlほど・具なし) を容器に入れてお持ちください。

13:50までにお越しください。

*お一人2品まで、容器は返却します



*館内ではマスクを着用してください

【ご予約・お問い合わせ】

関東労災病院治療就労両立支援センター
044-434-6337

