

# 第7回 西尾老健主催 栄養教室のご案内

知って予防をしよう

## ロコモとフレイル

家の階段は手すりを使わないと上がれない  
固い物が噛めなくて、敬遠している・・・

そんな方の為の食事のポイントを紹介します

日時：2020年11月28日（土）

13:00～14:00

場所：西尾老人保健施設

1階レクホール



コロナ対策の為、定員を20人とさせていただきます。

参加される際はマスクの着用にご協力下さい。

申し込み・お問い合わせは

☎0563-56-1552 担当：三樹・林 まで

