

東 淀 川 区 医 師 会

第 2 回 健康づくり教室のご案内

コレステロール、飽和脂肪酸、 ω (オメガ)3系脂肪酸、トランス脂肪酸・・・テレビでよく耳にするこれらの言葉、そもそも脂質って何でしょう？「コレステロールはいくら食べても大丈夫」って本当なの？

身体の中での脂質の働きや代謝と具体的な食べ方についてわかりやすくお話しします。奮ってご参加下さい。

記

日時：平成30年 **5月9日** (水) 午後2時～

会場：東淀川区医師会館 **3階講堂** 豊新2-3-7

演題：『**改めて考える！**

脂質との賢い付き合い方』

講師：東淀川区栄養士会、淀川キリスト教病院

栄養管理課 管理栄養士 岡崎 量子 氏

※参加ご希望の方は事前に東淀川区医師会までお電話にてお申込下さい。

電話 **6320-2226**

※入場は無料です。

主催：東淀川区医師会
参画：健康づくり区民会議