

# 医療公開講座

## 『代謝を上げる食事』



### ～脂肪を溜めない食べ合わせ～

食べたものが、脂肪や筋肉、エネルギーになるのかは食べ合わせが大きく影響します。せっかく摂取した栄養を脂肪に変えないために、まずは食事を見直しましょう。



予約制

参加費  
無料

春日部中央総合病院／管理栄養士 坂井 悅子

日時

平成30年10月17日(水)  
15:00～16:00

◆アクセスマップ

会場

春日部中央総合病院 食堂  
(定員50名) ※駐車場完備

お問い合わせ

予約制の為、下記のお問い合わせ先に  
ご連絡いただけますか、お声掛けください。



春日部中央総合病院 地域医療連携室  
TEL:048-736-1221 (内線1043)