



# 減塩教室のお知らせ



なぜ減塩が必要なの？  
血圧が高いけど大丈夫？  
皆さんで勉強してみませんか？？



**日時：平成26年 9月2日(火) 14時～15時**

**場所：安曇野赤十字病院 2階 大会議室**

対象者： 高血圧、心疾患、糖尿病、脂質異常症など減塩が必要な方、  
健康維持・増進の方  
当院に通院されている方やご家族など、どなたでも参加可能です

内容： ・なぜ塩分を控えるの？ 塩分と体の働きについて  
・減塩の工夫・レシピ紹介 … など内容盛りだくさん



お申込みは 当院栄養課までご連絡ください。お気軽にご参加ください！！

お問い合わせ先 安曇野赤十字病院 栄養課  
TEL 0263-72-3170(内線 1212)