

第36回 楽夢食へのお誘い

自分のため、介護する方のために、お互いに知恵を出し合いつくり上げていく会です。

今回のテーマは、「高齢期に増える便秘とその対策」です。

便秘は女性に多いと思われるかもしれませんが、

男性も人ごとではありません。60歳を超えると、

男性・女性ともに便秘に悩む人が増えるのはなぜでしょうか
日々の食生活の中での便秘予防について、ともに学びましょう。



日時：令和元年6月8日(土)

午後2時～午後3時30分(受付開始:午後1時30分)

場所：昭島市高齢者在宅サービスセンター愛全園(1階フロア)

内容：①『便秘と薬 -医者からもらう薬・市販薬・漢方薬-』

講師 理事長・医師 蓮村幸兌

②『便秘を予防する食事の工夫』

講師 愛全園栄養科 管理栄養士 中野 もも

③試食：大麦・寒天・オリゴ糖 を使った簡単料理を紹介

栄養ケアステーション愛全園 管理栄養士

申し込み受付：5月16日(木)～31日(金)

下記の内容を電話またはFAXにてお申し込みください。

電話 042-541-3100

FAX 042-546-8284(下記をご活用ください。)

社会福祉法人 同胞互助会

協力：愛全診療所・愛全園・偕生園・サービスセンター愛全園

居宅介護支援センター・ふれあい食事サービス

担当：栄養ケアステーション愛全園管理栄養士 市原・田口

----- きりとり -----

電話で申し込みの方：042-541-3100

FAXで申し込みの方：042-546-8284

※申込締め切り 5月31日(金)

楽夢食(6月8日土曜日)に参加します

お名前 _____

〒 _____ ☎ _____

ご住所 昭島市 _____