

# 医療講演会

主催 札幌白石健康友の会

入場無料  
どなたでも  
参加できます



ここでしか聞けな

## 健康的な食事について

講師 黄俊大 医師



日時 **11月28日(木)**

14:00~15:00

会場 菊水ビル**3階**会議室

(札幌病院裏、ひまわり薬局のビル)



勤医協札幌病院  
内科医 黄俊大 医師

子育て時代は気を使っていた  
食事だけれど…

バランス?  
栄養?  
カロリー?



夫婦2人の生活や独りになって  
からの食事、きちんと摂れてい  
ますか!?

めんどくさいと感じたり、食欲も  
あまりなかったりといつもおろ  
そかになりがちです。

いつまでも元気な毎日を送るた  
めに。

是非、参加ください!



おいしい!楽しい!

