

通勤時間等の約6分で学べる！
仕事で栄養教室に参加する時間がない...そんな方にオススメです！

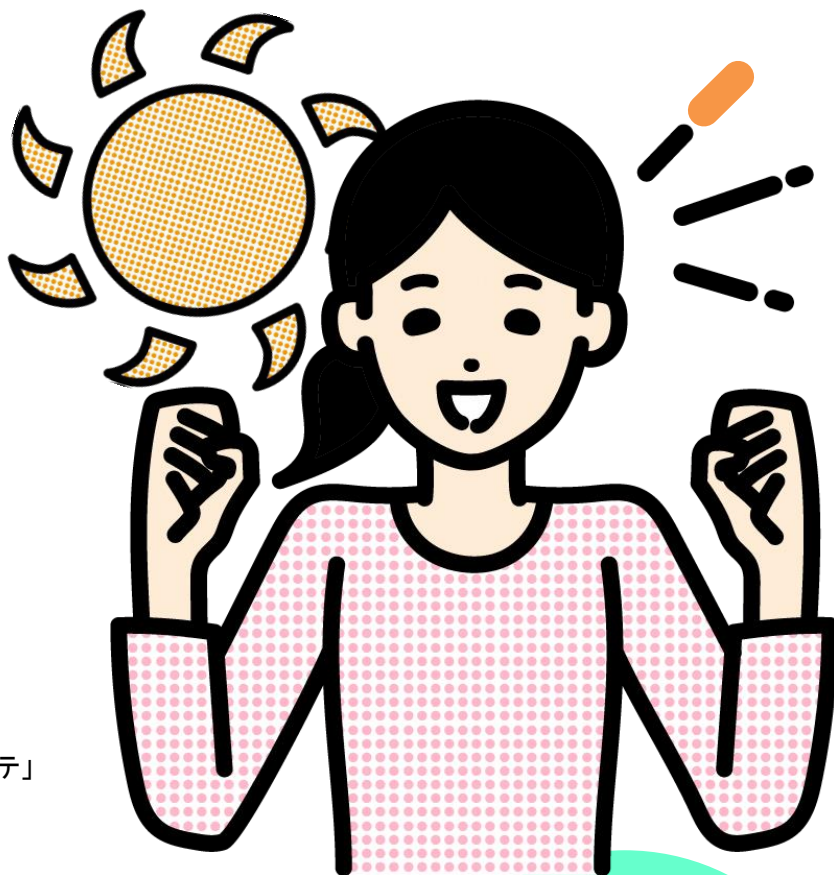
YouTubeで 栄養教室動画 公開中!

みて学ぼう！ちがさきの栄養教室～ 知って実践～

食事で夏バテ予防！ 暑い夏を乗り切ろう！



こちらの二次元バーコードもしくは
「みて学ぼう！ちがさきの栄養教室 夏バテ」
で検索



梅雨が明けると暑さが本格化し、厳しい暑さが続きます。
毎年、食欲が低下してしまう方もいるのではないのでしょうか。
夏バテを予防するには、食事をしっかり食べることが
大切です。この動画では、夏バテ予防の食生活について
お伝えしています。

お問合せ

茅ヶ崎市健康増進課
TEL 0467-38-3331
[平日8:30～17:00]