2026年10月29日木曜日、当クリニックにて
第8回目の健康教室を開催致しました。

テーマ『健康応援！～動脈硬化からフレイル予防～』
について、医師を中心として看護師、薬剤師、
検査技師、管理栄養士が講義をしました。

同伴者様も含め計14名の方にご参加いただきました。

講義後、筋肉をつけるための運動や動脈硬化予防
に対する食事について、ご質問をいただきました。

また、ご参加いただいた皆様で椅子に座って運動も行いました。

ご参加いただきありがとうございました。
今後もどうぞよろしくお願いいたします。



榊原記念病院附属クリニック