

健康食品・サプリメント との上手な付き合い方



いきいきと健康的な生活を長く続けるために、日々の食事・運動・生活習慣など大切ですね。健康な生活のため、健康食品やサプリメントは大変身近なものになりましたが、その摂り方や注意点、日頃の食事との関係は気になるところ。私たちの生活の中で、健康食品やサプリメントとどのように付き合うか、大阪大谷大学薬学部より講師を招き、そのヒントをいただきます。



申し込み

日時 令和7年7月4日（金）

14:00～15:30

場所 南花台公民館 **参加費** 無料

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 25人（先着順）

講師 大阪大谷大学薬学部教授
坂崎 文俊氏

令和7年6月3日（火）午前9時から
南花台公民館へ（窓口・電話・Web→）



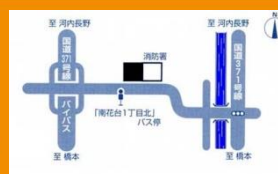
問い合わせはこちら

南花台公民館

TEL/FAX:0721-63-1131/63-1194

河内長野市南花台8-4-1、OPEN:9:00～17:00（月曜日休館）

人・自然・文化耀く ふれあいと創造のまち 河内長野



かわらぬなが〜く
ふだんのしあわせ

