

## 岡山春のポリオ会 講演会のお知らせ

痩せなくていいんです。筋肉をつけましょう！  
筋肉をつける食事とは…(森光先生)

暖かい春の日差しを感じられる日が少しずつ増えて来ました。  
今回 春の会では“森光大先生”をお招きします。  
先生は 岡山県栄養士会の副会長 あいの里クリニック次長 栄養管理士  
介護支援専門員としてご活躍されています。  
毎日の食事は私たちの身体にとって何よりも大切な事なので きっと  
皆さまのお役に立てると思います。  
いい機会ですので ぜひお話を聞きに来られませんか。

\*\*\*多くの方の参加をお待ちしています\*\*\*

### —— 記 ——

日 時：	平成31年4月14日(日)	午前10時 受付
	10時30分～12時	講演会
	12時～13時	昼食
	13時～15時	懇親会



場 所：きらめきプラザ 7階 702会議室  
会 費：1,000円 内訳(参加費・お弁当代・お茶)  
申込み：4月10日までに 根本まで

