

赤十字がんじゅう講演会

未来の体へ投資筋トレ ～今から始める貯筋生活～

管理栄養士・運動指導士による、簡単な筋肉トレーニングと食事についての講演会です。皆さま、お気軽にお越し下さい。

講師：沖縄赤十字病院

管理栄養士・健康運動指導士 知念 栄

日時：平成 30 年 9 月 20 日（木）

参加無料

14:00 ~ 15:00

場所：沖縄赤十字病院 管理棟 3 階会議室

（那覇市与儀 1-3-1）
(ファミリーマート側エレベーターから 3 階です)

参加費：無料 お電話にて事前のお申込みをお願いします。

※ 講演会当日は、動きやすい服装でお越し下さい。

申込み：853-3134（内線 1292）

（受付時間：月～金 9:00～17:00） 担当部署：医療社会事業課



沖縄赤十字病院