

第 11 回

# 刈谷銀座健康オープンセミナー

## 「食べること」は「生きること」 — 食の効能 —

日 時：2024 年 8 月 3 日 土曜日 14:00～15:00

場 所：エクセルグランデ刈谷銀座タワー2 階

コミュニティスペース（当院入り口横のエレベーターで2階に上がって直ぐ）

皆様方の健康増進のお役に立てばと、刈谷銀座かとう内科クリニックによる健康オープンセミナーを、シリーズで開催しています。

第 11 回のテーマは、『「**食べること**」は「**生きること**」です。

食事は、ただ栄養補給にとどまらず、私たちの「生きる」根源でもあります。食べられるということは、栄養の維持のみならず、心の幸せ、日々の幸せを維持することにもつながります。いつまでも美味しく食べられる、幸せな日々を作るための、ちょっとした工夫などを考えてみませんか。

**※事前の申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。**

お問合せ：0566-23-2101

刈谷銀座かとう内科クリニック