

女性の健康週間講座

～健康に過ごすための
更年期と食生活について学ぶ～

3月5日(火)

12:30～13:30 医師健康相談
13:30～14:30 講話
14:30～15:30 保健師健康相談・
栄養相談
(骨密度測定・糖化測定)



自分らしく輝くために大切にしたいこと

ちくみ じゅん

◀ 講師：千酌 潤さん

(鳥取大学保健管理センター医師)

更年期のコレステロール対策と
動脈硬化

▼ 講師：鳥取市保健所管理栄養士

