

# 第7回 ワクワクを楽しもう会♪開催！！

【ハーモニーハウス居宅 勝手にファミリー会】

8月の ワクワクを楽しもう会♪は・・・

8月26日（月）13時半～15時半

本郷生涯学習センター(本郷庁舎)2階 調理室にて

会津美里町 保健師 五十嵐様 を講師にお迎えし、あはは・おほほと、笑顔(\*^▽^\*)・笑顔(\*^▽^\*)の 楽しい時間を過ごしました。



低栄養になると、筋肉量や筋力が低下して転倒しやすくなったり骨がもろくなることで骨折しやすくなります。免疫力の低下も。低栄養の予防の一つにタンパク質を摂りましょう！！



次回は、10月！『介護を受けている方』『介護をしている方』『介護に興味がある方』ご参加お待ちしております。

問い合わせ： ハーモニーハウス居宅  
(千代/石橋/平田) 57-1288

