

# 栄養ワンダー2019

## ～熱中症を予防する食事について～

皆さま、「栄養の日」というのをご存じでしょうか？日本栄養士会では、8月4日を「栄養の日」と制定し、7月から「栄養を楽しもう」をテーマに、全国各地で栄養・健康を皆さまと考えるイベント（栄養ワンダー2019）を昨年に引き続き今年も開催いたします。

梅雨から夏にかけて食欲が落ちたり、暑さで体調を崩しやすい時期でもあります。皆さまもイベントに参加して栄養・健康について考えてみませんか？イベント当日は試食品もご用意しています。お気軽にご参加ください。

### 【テーマ】熱中症を予防する食事について

日程： 2019年7月3日（水） 14時00分～14時40分

場所： レッヒェルンにて

費用： 無料

講師： 管理栄養士、健康運動実践指導者

### 【参加方法】 受付にてお申し込みください



それいゆ会 栄養科