

「糖質」テーマ 室

15日お元気講座 蘭

ふれあいサロンお元気講座が15日午後1時から、室蘭市中島町のふれあいサロンほっとな～るで行われる。今回の注目は「糖質」。40人の参加者を募集している。

お元気号実行委員会、室蘭市地域包括支援センター

憩主催。中島商店会コンソーシアム共催。同センターの保健師・山口澄恵さんが「いつまでも元気であるための健康長寿の秘訣とは？⑦～健康について考えよう～糖質って何？」をテーマに講話する。

1時間を予定。入場は無料。問い合わせは同コンソーシアム、電話0143・50局6611番へ。

(石川昌希)