

第33回

# 「家徳公民館へ、 おじゃまします」

明けましておめでとうございます。  
浅井病院 院長の秀野です。本年も、地域の皆さんと  
交流できる場として、月に1回、家徳公民館へお邪魔し  
色々な方面から健康に関するお話をしていきたいと  
思います。

先月は「朝食から夕食までを10時間以内に」、「絶食  
時間を長くすると食欲が低下」というアメリカでの研究  
の記事を中心に、食事面から見た健康に関するお話を  
いたしました。

この時間は、講演会という堅苦しいものではなく気軽  
に色々な話をしていきたいと思っております。  
ご夫婦、ご家族で、またご友人も誘って、ぜひお越し  
ください。本年も宜しくお願い致します。

**日時** 2020年 1月20日(月)

**16:30~17:30**

**場所** 家徳公民館



浅井病院  
秀野院長

お問い合わせ・・・浅井病院 プロジェクト推進室 58-1422