

ギャラリー 南風恒例

「泡盛と沖縄料理と健康を語る会」

参加申込み
受付中!

第1部 お話 (30分)

「骨折しない人生の過ごし方
～骨を守るための本当の話～」

第2部 (20分)

「大人の質問コーナー
～足腰のこと、何でも答えます～」

第3部 (時間無制限)

「泡盛と沖縄料理を堪能しよう!」



今回のお話は、皆さんが知っているようで知らない骨のお話。
骨ってカルシウムの塊? 骨の薬って本当に効くの? 年を取って骨折するとどうなっちゃうの?
骨を強くする運動って? 骨に良い栄養って? などなど骨を守るのに役立つお話満載です。
そのあとは、「大人の質問コーナー」。質問票に書いていただいた質問に石橋先生がほぼ全部お答えします!
さいごは、泡盛と沖縄料理を堪能するお待ちかねのコーナーです。前半で聞いたことを全て忘れないように!

日時: 平成26年7月26日 (土曜日)

午後4時半開場 5時開宴

場所: ギャラリー南風 特設会場

会費: 5000円 (飲物&料理&講座) 20名限定

第1・2部担当

石橋英明
伊奈病院
整形外科部長



第3部担当

山田ちづ子
ギャラリー
南風女主人



ギャラリー南風・蔵の家

さいたま市中央区本町西 2-2-24

JR与野本町徒歩7分 円乗院そば

沖縄料理・喫茶・カルチャー・イベント

048-764-8850 090-4600-1027 山田

