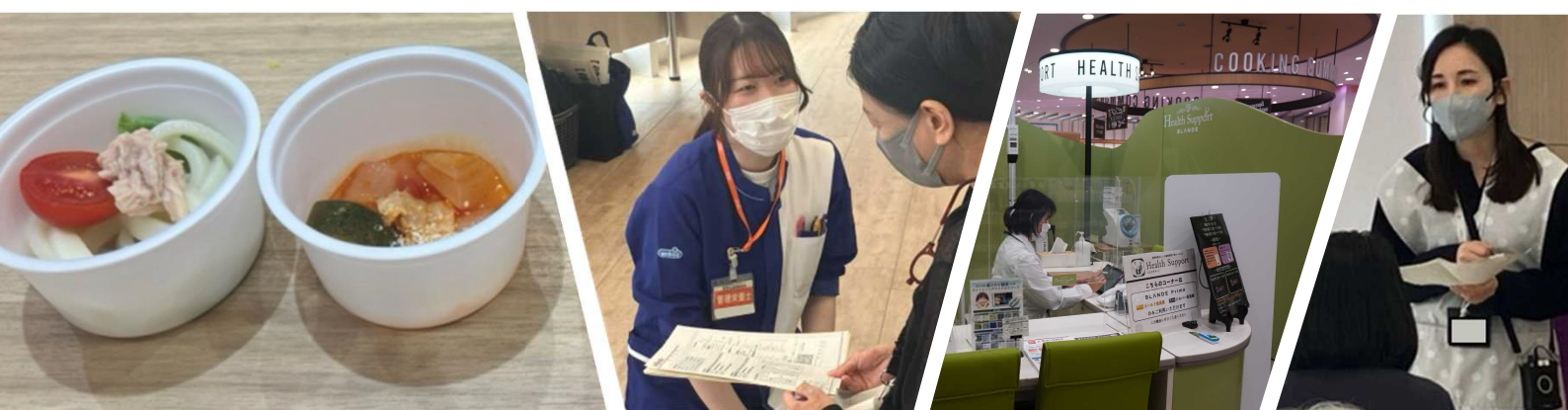


「いま」の食事が「未来」のあなたをつくる！食事のポイントを管理栄養士がご紹介

カスミ・ウエルシア・つくば市の  
コラボイベント

# 健康栄養サロン

参加  
無料



会場

ブランデ  
BLANDEつくば並木店 [並木4-3-2]

栄養講話に参加の方

試食※1の提供と  
プレゼントがあります

※1  
試食は立食です

対象

つくば市在住の方

日程

| 開催日                | 栄養講話テーマ                      | 測定会                   |
|--------------------|------------------------------|-----------------------|
| <b>終了</b> 7月11日(金) | 「脂質異常症予防」<br>“しなやか血管”のための食習慣 | 体組成・血圧計・<br>血管年齢計     |
| 2025年11月26日(水)     | 「高血圧予防」<br>減塩のための“ウマイ”食べ方    | 体組成・血圧計・<br>塩辛さチェック※2 |
| 2026年3月17日(火)      | 「骨粗しょう症予防」<br>骨を元気に保つ“コツ”    | 体組成・血圧計・<br>握力計・骨健康度  |

●栄養講話 10:20~/11:00~ (各回定員15人)

●測定会 10:00~11:45 (15分毎に定員3人)

申込み

電話申込み (開催日の前日まで。空きがある場合、当日参加も可能です。)

☎029-883-1111 (平日8:45~16:30)

BLANDE Prime会員でない方も参加できます！

※2  
塩辛さチェックとは、食塩含浸濾紙を使った、塩辛さを簡単に比較確認するものです。(減塩の参考に使用するものであり、味覚感度の診断用ではありません。)

問合せ先 つくば市保健部 健康増進課

共催：(株)カスミ・ウエルシア薬局(株)