



社会医療法人社団 新都市医療研究会「君津」会

いずみ中央駅ナカクリニック

健康ミニ講座

脱水予防

熱中症対策の新しい考え方

講師：南大和病院 栄養科長／管理栄養士 依田 理恵子

こんなお話をします

- ・脱水症のサイン
- ・正しい水分補給のタイミング
- ・食事から水分をとるコツ
- ・暑くなる前の脱水対策

食品サンプル
配布あり！

お気軽にお立ち寄りください😊



2026

4.25 [土]

12:30～13:00

(開場 12:15～)

いずみ中央
駅ナカクリニック
待合スペース

予約不要

参加無料



未病を治そう!

@kanagawa.pref.kanakanakazoku#10



社会医療法人社団 新都市医療研究会「君津」会

いずみ中央駅ナカクリニック

住所：横浜市泉区和泉中央南5丁目4-13

相鉄いずみ中央ビル 2階

電話：045(800)1711(代表)

南大和グループの市民講座・公開講座は
未病を治すかながわ宣言協力活動です。