

# 気づけば、 塩分の多い 食卓でした。

食生活の中で、腎臓に負担がかかる主なものは、  
たんぱく質、カリウム、塩分です。

その中でも塩分は、出来上がった食事に対して  
調味料を足すなどして多くとりがちです。

この講座では、透析にならないために

病気や生活の大切なポイントをお教えします。



参加費  
無料

3/  
[土] 4



健康マイレージが貯まる! 市民公開講座

## [透析にならないための腎臓病のお話]

◎小倉記念病院 4F講堂(北九州市小倉北区浅野3丁目2-1)

◎10:30~12:30(開場9:30) 対象/北九州市民および近隣の方々約500名

※1階正面玄関よりご来場ください。時間外出入口からは入館できませんのでご注意ください。

お問い合わせ/一般財団法人 平成紫川会 TEL.093-511-2058 主催/一般財団法人 平成紫川会 共催/北九州市



小倉記念病院  
副院長  
金井 英俊