

生涯学習市民講座

こぐまの塾



「命を守る水」 ～見直そう！水分補給～

水分補給のコツ・食事からの水分摂取の
重要性を学びます



【日時】 7月15日(水) 10:00~12:00

【講師】 (株)明治 管理栄養士 長廣 睦子氏

【場所】 南丘市民センター2階 第1集会室

【定員】 30人(先着順) ※参加費は無料

【申込】 6月2日(火) 9時より開始

南丘市民センター ☎582-7328