

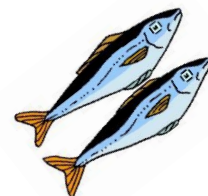
シニア食育講座



食べて元気にフレイル予防 ～生活習慣病予防の食事～



食を楽しく学んで、健康づくり!!
食は生きる力であり楽しみのひとつです。
いつまでも元気に暮らせるよう、皆さんで
食について考えてみませんか?



日 時：9月8日（月） 10：00 ～ 12：00

講 師：栄養士 池田和美 氏* 同 門田久子 氏

定 員：先着 20 名

参加費：無料

場 所：田野浦市民センター <会議室(大)>

申込み締切り：8月30日（土）

講座後に
試食を行います

お電話またはご来館での
お申込みお待ちしております！

<申込み・問合せ>

田野浦市民センター ☎331-2025