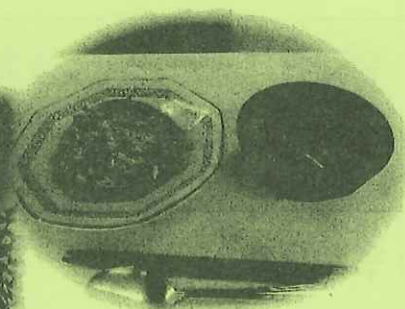


元気で長生き栄養講座

この講座では…

- ◇ 元気で長生きするための食事面でのちょっとした工夫を
管理栄養士がわかりやすくお伝えします！
- ◇ **簡単料理の調理体験と試食**も行います。みんなで楽しく食べましょう！



開催時間：午前10時～正午

開催日・会場：裏面をご覧ください

参加費：無料

対象：65歳以上の方はどなたでも10人

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾、ふきん、
手拭きタオル、マスク（調理中の着用にご協力ください）

申し込み：裏面の申し込み開始日をご確認の上、
下記連絡先へ電話にてお申し込みください



申込み・問合せ 駿河区役所 健康支援課

※電話番号が変わります。

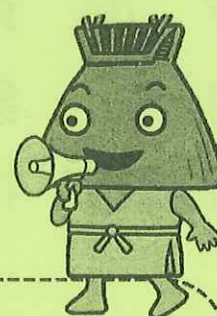
令和8年5月1日まで 054-285-8377

令和8年5月7日から 054-204-3813

令和8年度開催日時と会場

日程	会場	テーマ	申込み開始日
令和8年 5月14日(木)	長田 生涯学習センター	フレイル予防	4月7日(火)
令和8年 7月8日(水)	南部 保健センター	骨粗鬆症予防	6月8日(月)
令和8年 11月6日(金)	大里 生涯学習センター	フレイル予防	10月7日(水)
令和9年 1月19日(火)	長田 生涯学習センター	骨粗鬆症予防	12月7日(月)
令和9年 3月16日(火)	長田 生涯学習センター	フレイル予防	2月8日(月)

住所 南部保健センター :駿河区曲金3丁目1-30
 大里生涯学習センター:駿河区中野新田57-5
 長田生涯学習センター:駿河区寺田131-1



<ご参加にあたってのお願い>

- 食物アレルギーをお持ちの方は、必ず申し込み時にお知らせください。
- ご本人様や同居の方に発熱等の体調不良がある場合は参加をご遠慮ください。
- お申込み後、該当の症状があり参加をご遠慮いただく場合やご都合等により、参加ができなくなってしまった場合は、ご連絡をお願いします。

0182-405-780 FAX0182-405-789