

牛頸区健康セミナー ご案内

令和5年7月1日
牛頸区長 川邊満徳

牛頸区と牛頸区食生活改善推進会の主催で、株式会社明治様のご協力を得て、高齢者向けの健康セミナーを開催します。

題目： 明治食育セミナー

カラダは 食べた物からできている

～元気な人生100年のためのヒント～

健康寿命を延ばすために、今からできることは何でしょうか？“元気な人生100年”のカギとなる「栄養・運動・口腔ケア」を実例と体験を交え考えます。

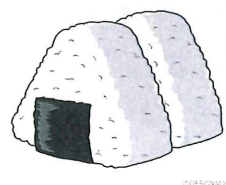


日時： 令和5年8月17日（木） 10：30～11：30（1時間）
10分前にはお越しください。

場所： 牛頸公民館集会室

定員：30名 公民館（092-596-3513）まで電話等でお申し込みください。

終了後、食生活改善推進会が調理した「おにぎり」を準備します。持ち帰られても、その場で皆さんと食事されても結構です。



奮ってご参加ください。

以上