



城南公民館・城南多胡病院 健康教室のご案内

城南公民館と城南多胡病院は、地域の皆様を対象に健康の維持・増進を目的とした健康教室を共催しております。どなたにも分かりやすく楽しい教室を目指しておりますので、お気軽にお越しくださいませ。

食生活を見直そう！

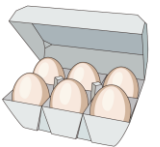
～日頃から心掛けたい食事とは、～



食事…、しっかり食べる事は健康な生活を送るために欠かせない事の一つです。



毎日の生活の中で普段の食事を見直し、いつまでも元気で長生きする食生活についてのこつを栄養士がお話します。一緒に考えていきましょう。



講師：城南多胡病院 管理栄養士 木山 佳祐さん

日時：平成 29年 2月 4日（土曜日）



受付 13:00～

開始 13:30～

場所：城南公民館 2階

参加費：無料



【お問い合わせ】

城南公民館

TEL：079（222）2168

ハピネス五葉 デイケア

TEL：079（288）9881

FAX：079（288）9882

担当：宮本（みやもと）迄

※ お電話・FAXでお問い合わせ下さい。

当日のご参加も受付けております。

