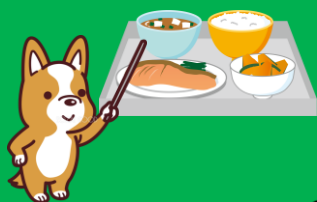


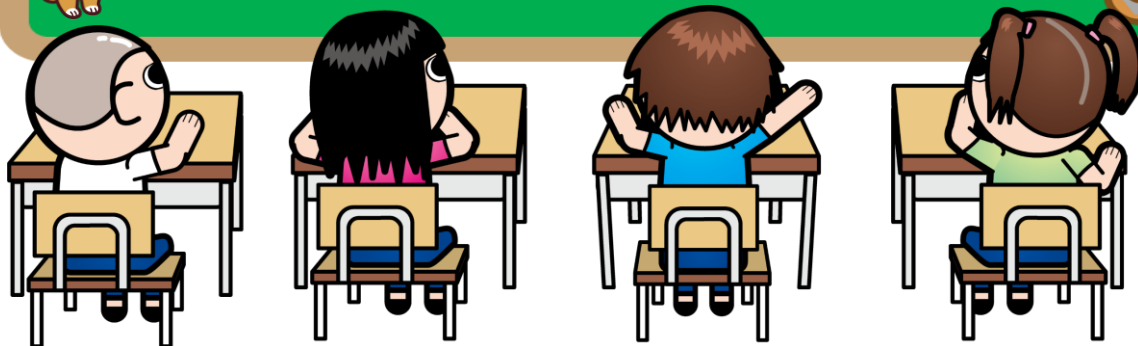
元気アップ教室 ～栄養講座～

今月のテーマ
「梅雨の時期の不調を整える食事法」

関節痛・食欲不振・身体のたるさなど
その原因と体調を整える為の食事法を
お伝えします



管理栄養士 葉迫



参加費 無料!

定員：25名

日時：2024年6月26日（水）
10時00分～11時00分（60分）

対象者：八千代市在住・在勤の60歳以上の方

※年齢確認の身分証明証が必要となります。

八千代市ふれあいプラザ

