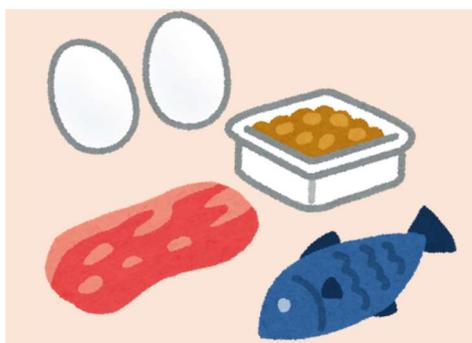


シニア栄養講座

～フレイル予防の栄養バランス 食事の選択力の磨き方～

3月12日(木)14時～16時



シニア世代に必要な最近の栄養情報についての講話と、
栄養バランスよく食事を選ぶ力を磨くワークショップを行います。

- ◆講師 吉田 美代子 氏 (管理栄養士)
- ◆会場 ふれあいサロン湯島 (湯島地域活動センター)
- ◆定員 15人 (区内在住・在学・在勤) 定員を超えた場合は抽選
- ◆受講料 300円
- ◆申込方法 ①②どちらかの方法でお申し込みください

- ①右記申込フォームから必要事項を入力
- ②往復はがきに・講座名・住所・氏名・年齢・電話番号、
返信用にも住所・氏名を明記して

〒113-0033 文京区本郷七丁目1番2号
湯島地域活動センターへ郵送
(窓口に返信用はがき持参も可)

- ◆申込締切 3月2日(月) 必着
- ◆問い合わせ 湯島地域活動センター
☎03-3813-6554

申込フォーム



- 東京メトロ丸ノ内線「本郷三丁目」徒歩6分
- 都バス「竜岡門」バス停 徒歩1分
- 都バス「湯島四丁目」バス停 徒歩3分