

参加費無料

令和7年度

# 栄養満点教室

人生100年時代、健康管理は年齢に応じたギアチェンジが必要です！  
栄養士から食事のポイントを学びませんか？

あなたの体脂肪・筋肉量が分かる体組成測定結果シートをプレゼント！（2課）

【対象】市内在住の65歳以上の人

定員各20人（応募者多数の場合は抽選）

【内容】1課：栄養満点で健康づくりの食事を知ろう！（講話）

2課：あなたの体の栄養状態を知ろう！  
（体組成測定、口腔管理の方法など）



【時間】10:00～11:45（受付9:30～）

【場所】下記3会場からお選びください ※どの会場も内容は同じです

①

**富士見台**  
まちづくりセンター  
多目的ホール

	日程
1課	6月 3日(火)
2課	6月10日(火)
申込締め切り 5月26日(月)	

②

**富士駅南**  
まちづくりセンター  
小木の里ホール

	日程
1課	6月 6日(金)
2課	6月13日(金)
申込締め切り 5月29日(木)	

③

**フィランセ**  
4階大ホール

	日程
1課	6月19日(木)
2課	6月26日(木)
申込締め切り 6月11日(水)	

## <申し込み・問い合わせ>

お電話で申し込みいただくか、右下のQRコードから電子申請してください

電話67-0201（土日祝除く 8時30分～17時15分）

富士市地域保健課（富士市フィランセ）



▲電子申請はコチラ