

参加費無料

令和6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

富士川
まちづくりセンター
多目的室

日程

1課	5月31日(金)
2課	6月7日(金)

申込締め切り
5月23日(木)

②

吉永
まちづくりセンター
集会室

日程

1課	6月6日(木)
2課	6月13日(木)

申込締め切り
5月29日(水)

③

フィランセ
4階大ホール

日程

1課	6月20日(木)
2課	6月27日(木)

申込締め切り
6月12日(水)

<申し込み・問い合わせ> お電話でお申し込みください

富士市地域保健課(富士市フィランセ)

電話67-0201(土日祝除く 8時30分～17時15分)