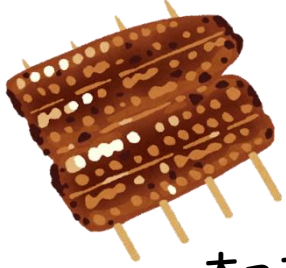


ふれあい講座

無料

# 「いつまでも元気でいるために」



## ～食べて元気になる教室～



太っていないので、健康だと思っていないですか？  
最近、年齢を重ねた方の「低栄養」が増えています。  
『食べて元気になる教室』で、ご自身やご家族の為の「食事」について  
学んでいきましょう！また、ちょっと気になる身体や生活上のお悩みについて  
相談会も開催。お悩みも吹き飛ばし『元気！』を目指しましょう。

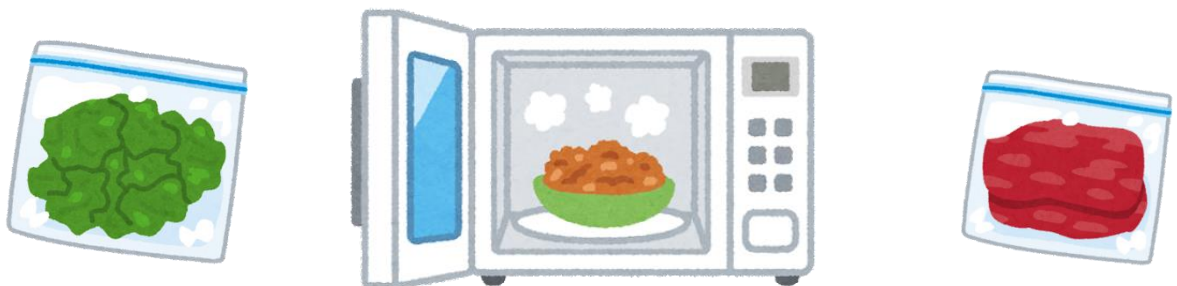
日時：令和5年6月20日（火）午後13時半～15時

場所：県営壺町田やまがみ団地 集会室

演題：

## 『食べて元気になる教室』

講師：公益社団法人静岡県栄養士会 地域活動事業部理事  
管理栄養士 池谷 広美 先生



相談会：身体😊三島北地区地域包括支援センター

生活🏠静岡県住宅供給公社



問い合わせ先

三島北地区地域包括支援センター

電話：976-0234