

未来の健康いっしょに考えましょう！！

食から支える未来の健康 ～いつまでも元気な私でいるために～

令和2年1月28日(火)

9:45 受付

10:00 開会

調理実習

試食

13:00 講話(体験を交えて)

岡山市ふれあい介護予防センター

健康運動指導士

日幡愉子先生

14:00 ワールドカフェ(ティータイムを兼ねて交流)

14:40 閉会

会場: 岡山ふれあいセンター 2階 調理実習室
岡山市中区桑野715-2

超高齢化社会を迎え、フレイル予防は大きな課題です。
自分の体を知ると共に、食事面からフレイル予防に取り組みましょう。

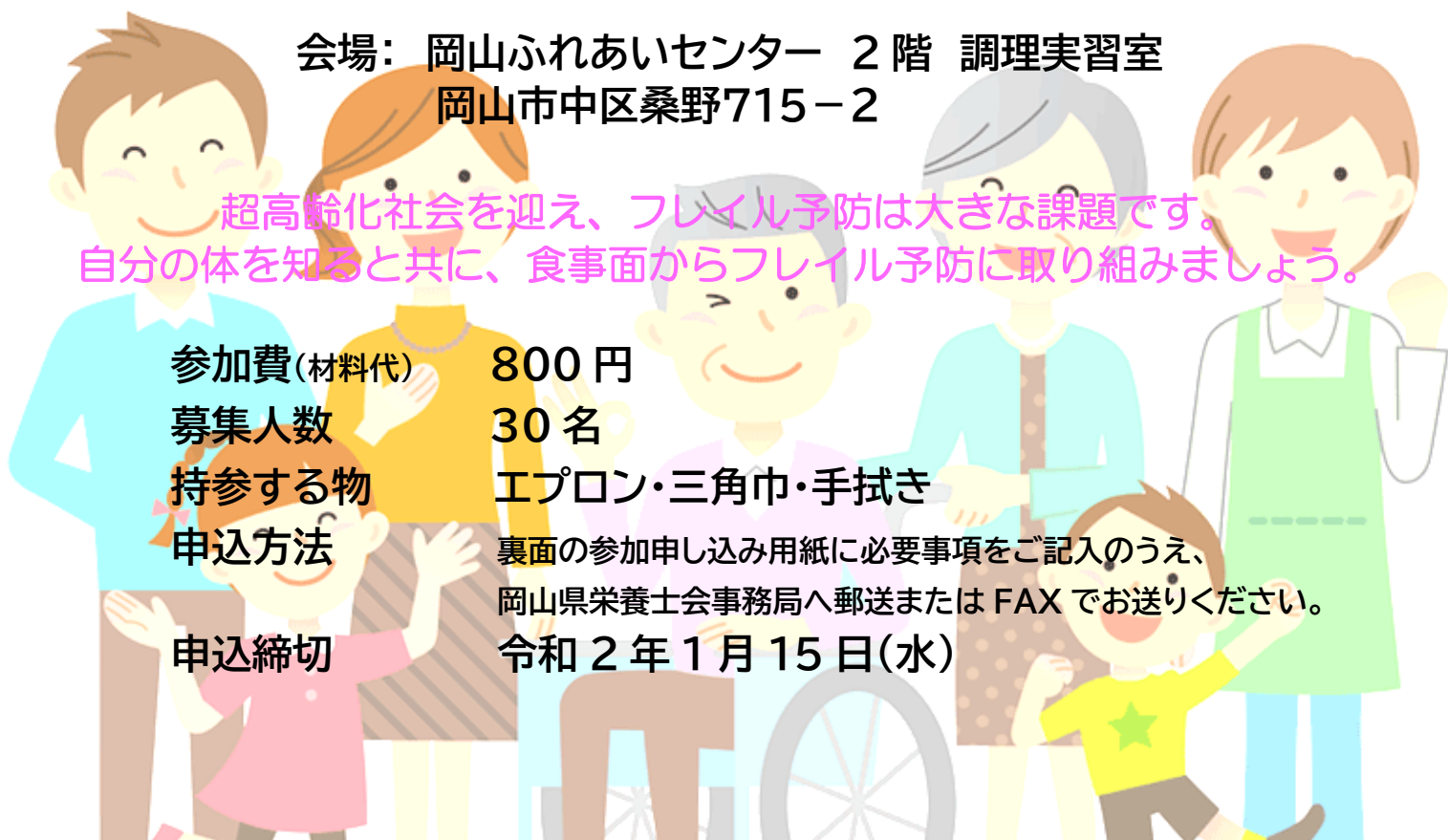
参加費(材料代) 800円

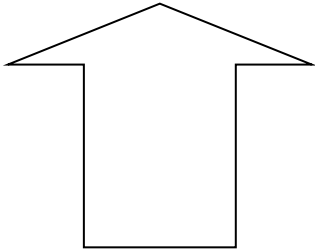
募集人数 30名

持参する物 エプロン・三角巾・手拭き

申込方法 裏面の参加申し込み用紙に必要事項をご記入のうえ、
岡山県栄養士会事務局へ郵送またはFAXでお送りください。

申込締切 令和2年1月15日(水)





FAX 086-273-6667

(公社)岡山県栄養士会

申込締切 令和2年1月15日(水)

(公社)岡山県栄養士会 岡山市支部主催講座

未来の健康いっしょに考えましょう！！
「食から支える未来の健康」
～いつまでも元気な私でいるために～

開催日 令和2年1月28日(火)

参加者氏名	年齢	電話番号 (日中つながる連絡先)

※ 定員に達した場合にのみ、ご連絡いたします。

※ 材料には、牛乳・乳製品、大豆製品、卵、アーモンドを 사용합니다。

【申込先】

公益社団法人
岡山県栄養士会

〒703-8278
岡山市中区古京町 1-1-17
TEL (086)273-6610
FAX (086)273-6667

【問合わせ先】

岡山市支部 富岡 加代子
遠藤 美智子

E-mail t-kayoko@kibi.ne.jp
E-mail 63tfuji63@gmail.com