

食べ方の見直しで健康長寿を目指す！

食事のとり方講座 参加者募集

ご自身とご家族の健康を守るため、毎日の食事について一緒に考えてみませんか。
主に働き盛りから高齢期へ移行する時期の食事についてお話しします。

と き 令和5年6月30日(金)
午前10時～12時30分
と ころ 阿児アリーナ 第一会議室
対 象 者 20歳以上の市民
定 員 20人
申込締切 6月23日(金)
定員になり次第締め切ります



* 申し込み・問い合わせ *

志摩市健康推進課 電話 44-1100 FAX44-1102