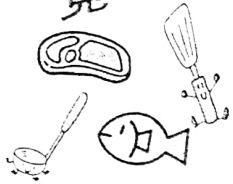


料理の作り方を
見てみよう！

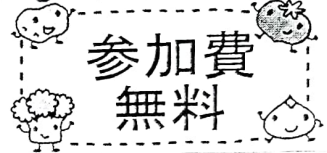


シニア食生活改善教室

主催：福山市食生活改善推進員協議会

低栄養を予防して、元気に毎日を過ごしましょう！

健康でいきいき過ごすために、みんなで楽しく
食生活のポイントについて学びましょう！



参加費
無料

とき・内容	^{R4} <2回目> 9月9日(金) 10時00分～12:00 『 簡単調理で低栄養予防 』 ※食生活改善推進員による講義と、調理デモンストレーションの見学があります。
ところ	新涯公民館 実習室
対象者	おおむね65歳以上の方及びそのご家族 (ご家族の年齢は問いません)
定員	15 名程度
申込先	新涯公民館
問い合わせ先	953-5634



ばらのまち福山イメージキャラクター
「フレイル予防ローラ」

※締め切りは、実施日の1週間前までとさせていただきます。お早めに申込みをお願いします。
※申込が5人未満の場合は、中止します。その場合は、食生活改善推進員から連絡させていただきます。

マスクの着用、事前の体温測定をお願いします。
また、当日熱がある方、咳や倦怠感等の症状がある方の参加はご遠慮ください。