



瀬戸市

大人の充活！ワンコイントレーニング

みんなで楽しく！ 健康長寿の食事&中北けんこう体操♪

中北薬品(株)の管理栄養士が、全6回の栄養講座を行います！クイズを交えた参加型の内容で楽しく食事について学び、簡単な体操でリフレッシュしましょう♪



日程：6月6・13・20・27日（木）
7月4・11日（木）

時間：10：00～11：00

場所：下品野地域交流センター

参加費：おひとり 500円/各回

定員：各回15名

栄養講座のテーマは
フレイル予防、免疫力UP
夏バテ予防の食事など
骨強度測定の日もあります！



お申込みはこちらの電話番号までご連絡ください

TEL：052-769-1107

（土日祝休み/8：30～17：00）

中北薬品(株)名東支店