

参加費
無料

フ レ イ ル 予 防

楽しく学ぶ！ 栄養教室



フレイルチェック

栄養アップのコツ

試食もあります

おいしい食事で心も体も若さを保つコツを
一緒に学びませんか？

日時 令和8年9月29日（火）

13：30～15：00

場所 松江区民プラザ 集会室1・2

講師 グローバルキッチン 株式会社
管理栄養士 堀江 ひでみ 氏

申込方法 電話でお申込みください。（定員20名）
松江熟年相談室 清心苑

☎ 03-5879-2185

主催 松江熟年相談室清心苑