

第1回「暮らしと健康講座」

健康づくり栄養講座

主催：巨勢まちづくり協議会・巨勢公民館

身体の中から美しく！！
秘められた野菜のチカラなど、
美しくわかりやすくご紹介する講座です
皆様のご参加をお待ちしています



《講座のテーマ》

- ・止められる老化のポイント・・・いつまでも若々しく！！
老化を防いで身体の中から健康に
- ・不足している栄養素を知る・・・必要な栄養素は取れていますか？バランスの
よい食事の組み合わせで家庭も健康に

《日時》 7月2日(土) 10時～12時

《場所》 巨勢公民館集会室

《講師》 明治安田生命保険相互会社 佐賀支社

一級ファイナンシャルプランニング技能士 横田芳和 氏

《対象》 どなたでもご参加できます(先着 20 名程度)

《参加費》 無料

《申込》 要事前申込 6月16日(木)から巨勢公民館で受付

お尋ね・連絡先 佐賀市立巨勢公民館 佐賀市巨勢町大字高尾 104-17

TEL・FAX 0952-26-9218