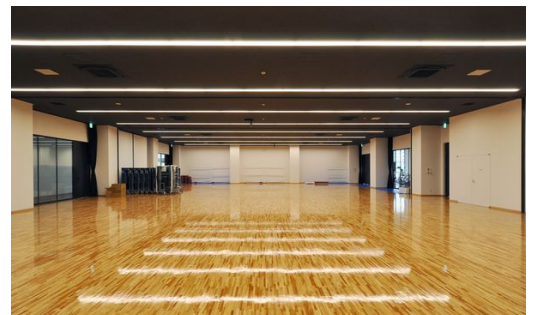
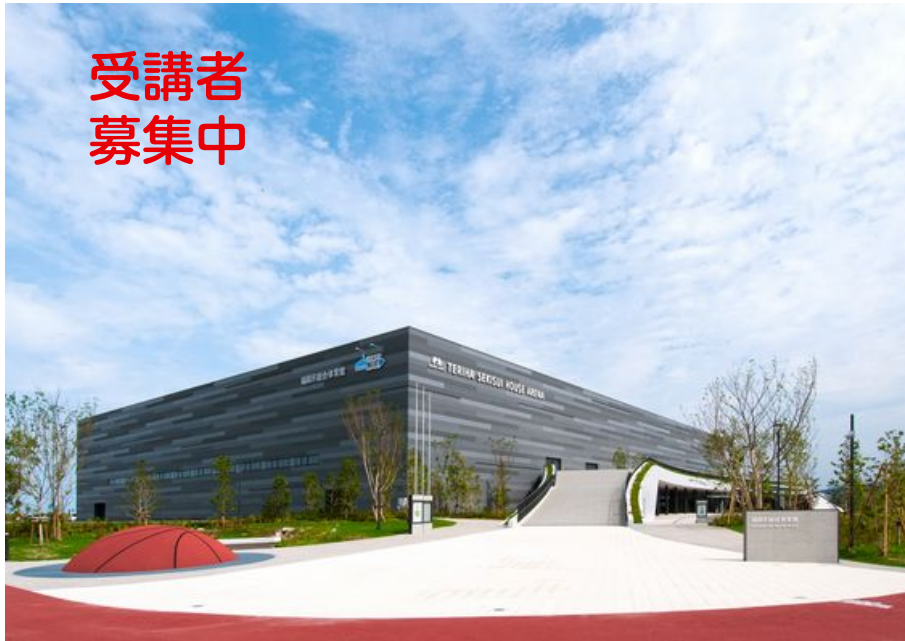


# 『食』について、学んでみませんか？ 栄養講座 「食と栄養～シニア向けの食事の取り方」

受講者  
募集中



## 栄養講座を開催

場 所	福岡市総合体育館 照葉積水アリーナ 予備室
日 時	3月29日（金） 11時～12時
受講料	無料
定 員	30名（先着）
期 日	当日申込あり

### 講座内容

- ◆骨を強くするための食事について  
カルシウムを吸収しやすい食事は
- ◆しっかりと食事を摂る必要性について  
エネルギー不足がさまざまな病気につながる

### ●持ち物：筆記用具

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

## 講師紹介

大部 正代

### 講師プロフィール

中村学園大学栄養科学部 教授

お申し込み  
お問い合わせ

福岡市総合体育館  
照葉積水ハウスアリーナ  
TEL：092-410-0314

〒810-0017 福岡市東区香椎照葉6-1-1  
<http://www.fukuoka-city-arena.jp/index.html>

●営業時間 9:00～22:00  
トレーニングルーム  
8:30～22:00

●休館日 毎月第3月曜日・年末年始

