

令和6年度

管理栄養士による栄養講座



# 野菜を食べて、 いきいき元気！

## 8月31日(土)

### 10:30~11:30

8月31日は、語呂合わせで「や(8)さ(3)い(1)の日」です！  
普段の食事で野菜をしっかりと摂れていますか？  
簡単に作れるメニューも紹介します！  
この機会に自分の食事を見直してみましよう！

会場：総合福祉センター1階 日常生活訓練室

対象：市内在住の概ね65歳以上の人

定員：12名(先着順)

講師：介護予防係職員(管理栄養士)

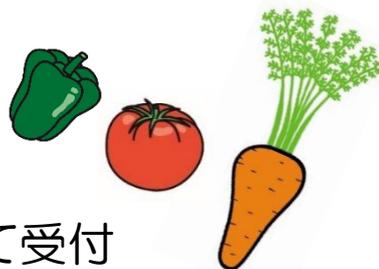
申込み：8月6日(火)~8月30日(金)

定員になり次第終了

火曜日~土曜日(祝日除く)、

午前9時~午後5時

介護予防係(電話または窓口)にて受付



問合せ：安城市社会福祉協議会 地域福祉課介護予防係

(安城市総合福祉センター内) ☎ 77-7896