



栄養講座

いきいきした貴方でいてほしいから
ちょっと実行ずっと健康！
食は一生のパートナー
食事力を高めて健康長寿！！

日時：2月12日 火曜日
14：00～15：00

場所：赤坂いきいきプラザ
洋室

対象：60歳以上の港区民

定員：10名（申込順）

申込：1月22日(金)～定員になるまで
窓口又は電話にて受付いたします。

講師：管理栄養士 片山伸江先生