

大阪樟蔭女子大学 くすのき健康栄養センター

カラダよろこぶ食べ方塾 元気で長寿の食習慣

管理栄養士による“ためになる健康講話” + “すぐに役立つ調理実践”
2つの内容がセットになった、全6回のお得な講座です。



日時とテーマ	形式	水曜クラス 午後1～2時	木曜クラス 午後3～4時
テーマ1. 健康長寿の食べ方の基本	A講話 B実践	5月8日 5月22日	5月9日 5月23日
テーマ2. コツコツ骨粗しょう症予防	A講話 B実践	6月5日 6月19日	6月6日 6月20日
テーマ3. 食べて認知症を予防しよう	A講話 B実践	7月3日 7月17日	7月4日 7月18日



◆Aは講話、Bは調理実践(講師によるデモンストレーション、試食あり)となります。

◆事前にご連絡いただければ、同一内容の回で曜日の振り替えは可能です。

参加者 募集中

各回限定10名様

場 所

くすのき健康栄養センター

※裏面に地図記載

東大阪市長栄寺2番12号Tsunagaruビル4階402号室
近鉄河内永和駅またはJR河内永和駅より布施方面へ徒歩3分

参加費

全6回 10,000円、1テーマ(2回) 4,000円
初回参加時に受付にてお支払いください。

講 師

くすのき健康栄養センター管理栄養士

【お申し込み先】大阪樟蔭女子大学 くすのき健康栄養センター

TEL

06-7506-9780 (受付午前10時～午後7時 月～木曜日)

URL

お申込フォーム <http://khn.osaka-shoin.ac.jp>

FAXの方は、裏面のお申込用紙をご利用ください

