

ふくむろ健康長寿ねっと 明治 楽しく健活セミナー

食べる事！ ～人生100年時代を生きる～

カラダは食べた物からできている

健康の鍵は口から食べる事。「食べる事」により全身の機能が使われ、身体が活性化し、生活の機能が高まります。栄養・運動・口腔ケアの重要性を考えます。

※牛乳の試飲があります！



■日 時：12月15日（木）
10：00～11：30

■内 容：講話「食べる事！～人生100年時代を生きる～」
講師・（株）明治「楽しく健活セミナー」担当者

■場 所：福室市民センター 第1会議室

■対象・人数：どなたでも 30人（先着）

■申 込：11月17日（木）10：00～
電話・窓口にて

参加費無料

申込・お問合せ（公財）仙台ひと・まち交流財団 福室市民センター



〒983-0005 仙台市宮城野区福室5-9-36

電話 022-786-3540 FAX022-388-6320

※新型コロナウイルス感染症が拡大した際は、延期または中止となりますので予めご了承下さい。

ご不便をおかけいたしますが、感染拡大防止への取り組み（マスク着用、検温、手指消毒など）に引き続きご理解・ご協力をお願い致します。

※受講申込の際の個人情報と講座案内と参加者名簿作成のためにのみ利用いたします。