

# 令和3年(2021年)度 栄養改善教室 日程表

2021年4月1日現在

加齢などにより、小食や偏りがちになるシニアの方の食事。テーマに沿ってシニアの方の生活や健康を考え、骨粗鬆症や脳の健康と栄養など、要介護状態になることを予防する内容を、管理栄養士がわかりやすくお話します。



対 象：市内在住の65歳以上の方。

定 員：各コース20人（抽選）

コース	日程	時間	会 場	テーマ	広報
1	5月25日(火)	10時～11時30分	ウエルシティ市民プラザ5階 第2学習室	骨と体のすこやか栄養教室	4月
2	6月24日(木)	10時～11時30分	大津コミュニティセンター 学習室5・6	骨と体のすこやか栄養教室	5月
3	8月30日(月)	10時～11時30分	ウエルシティ市民プラザ5階 第2学習室	脳と体のいきいき栄養教室	7月
4	9月29日(水)	10時～11時30分	大津コミュニティセンター 学習室5・6	脳と体のいきいき栄養教室	8月
5	10月21日(木)	10時～11時30分	ウエルシティ市民プラザ5階 第2学習室	骨と体のすこやか栄養教室	9月
6	11月26日(金)	10時～11時30分	大津コミュニティセンター 学習室5・6	骨と体のすこやか栄養教室	10月
7	12月15日(水)	10時～11時30分	ウエルシティ市民プラザ5階 第2学習室	脳と体のいきいき栄養教室	11月
8	2022年2月21日(月)	10時～11時30分	大津コミュニティセンター 学習室5・6	脳と体のいきいき栄養教室	1月

(受付開始:9時50分～)

お問い合わせ：福祉部 健康長寿課 介護予防係  
電話：046-822-8135

※新型コロナウイルス感染症の今後の状況により、教室の変更、中止の可能性がありますことをご承知おきください。

『広報よこすか』に掲載されてから、コールセンター(046-822-2500)へ電話か、ホームページからネットでお申込みください。