

栄養講座

骨粗しょう症編

将来を元気に
過ごすために
「骨貯金」をしよう！



とき：11月25日(水)　9時30分～12時30分

ところ：韮山福祉・保健センター

内容：講話 骨折や骨粗しょう症について、食事での予防法など

調理実習(鮭缶ドリア、小松菜のじゃこ煮、ヨーグルトクリーム)

※メニューは変更になる場合があります。

対象：20歳以上の市民　20人(先着順)

料金：250円

申込：電子申請のみ　11月4日(水)　8時30分～申込開始

電子申請

問合せ：健康づくり課　☎055-949-6820

伊豆の国市健康づくり課