

富合公民館主催講座

お肌のための健康づくり栄養講座

体の中から美しく！秘められた野菜のチカラなど、動画による説明やクイズを交えて、楽しく分かりやすくご紹介します。

第1回 いつまでも若々しく！老化を防いで体の中から健康に

第2回 必要な栄養素は取れていますか？バランスの良い食事の組み合わせで家族も健康に

期日 令和4年1月13・27日 木曜日

時間 午後1時半～3時

場所 富合公民館 研修室1,2

講師 明治安田生命さんより1名

対象 どなたでも

定員 12人

〆切 1月6日(木)まで

参加費 無料

持参物 筆記具、飲料水

☆申込の方法☆

・往復はがき…(往信はがきの裏面には講座名と住所・氏名・年代・電話番号をご記入ください。返信はがきには申込者の方の宛先を記入し、裏面は何も書かないでお送りください。)

・窓口…(返信用官製はがきをご持参ください。)

・富合公民館ホームページまたは QRコード
QRコードからインターネットで

※応募多数の場合は抽選となります。



申込先・お問い合わせ 富合公民館

〒861-4154 熊本市南区富合町清藤 400 TEL357-4580 まで