

食べて作って学ぼう **お口**と**栄養**



10月30日(木)

食べて学ぼう

お口のはたらき

軽食代 500円

講師:望月佐枝氏(歯科衛生士)

11月11日(火)

作って学ぼう

栄養のお話

材料代 実費(500円以内)

講師:中村眞樹子氏(管理栄養士)



**実際に食べながらお口のはたらきを学んだり、
家でもできる簡単な調理で、より身近に学べる講座です**

時間 🕒 13:00~15:00

場所 🏢 中野地域ケアプラザ 多目的ホール

定員 👤 30名(先着順) 9/1~受付開始

持ち物 📎 筆記用具、飲み物、

11/11のみエプロン、マスク、三角巾等

申込先 ☎ 045-896-0711 **中野地域ケアプラザ**

QRコードからも申し込めます

