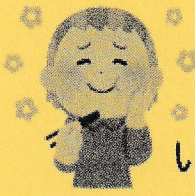
令和5年度

定期講座
（無料）

STOP フレイル！

おいしく食べよう健口（けんこう）教室



～「簡単クッキング実演」＆「お口の体操」～

いつまでも、自分の歯でおいしく食べて、毎日元気に過ごしましょう！

日 程 7月25日（火）

時 間 午前10時～11時30分

場 所 小田南生涯学習プラザ 実習室
（長洲中通1－6－10）

対 象 尼崎市内在住の
65歳以上の方
定員 20名

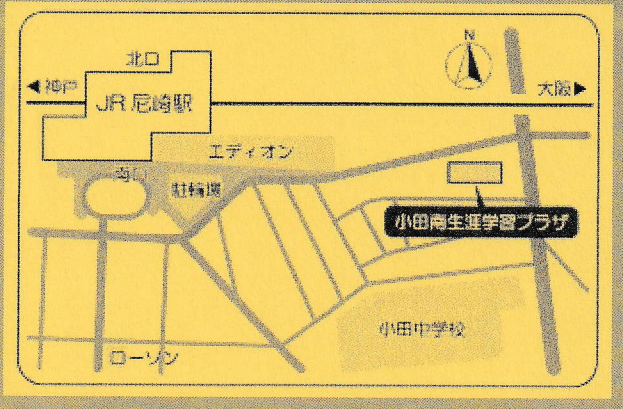
持ち物 筆記用具
水分補給できるもの

試食あり

≪内 容≫

管理栄養士のお話
低栄養予防と簡単クッキング実演

歯科衛生士のお話
お口のケアとお口の体操



申込み 問合せ

6月5日（月）から受付

尼崎市南部保健福祉センター 南部地域保健課
TEL:06－6415－6342 FAX:06－6430－6850

年に一度、健診を受けましょう！
※受け方等の詳細は右記へお問合せください

尼崎市健康支援推進担当
TEL 06-6435-8967
FAX 06-6435-8968