

令和6年度

定期講座
(無料)

STOP フレイル!

けんこう

おいしく食べよう健口教室

～「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30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

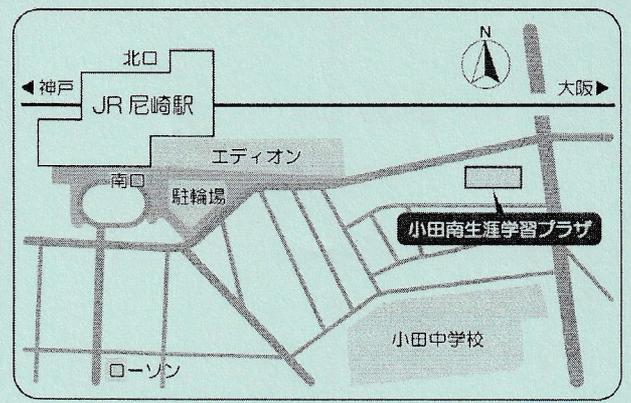
持ち物

筆記用具
水分補給できるもの

《内容》

試食あり

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

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