

作ってみよう! 食べてみよう! フレイル予防で元気アップ!

栄養不足を防げる食事を一工夫で簡単にできる調理方法を
管理栄養士さんから教わり、一緒に作ってみましょう!

令和7年

7月16日(水)

午前10時~11時30分
午前9時45分より受付

定員 30名
参加費 無料

6月17日(火)
申し込み開始

講師

K-WORKER

認定栄養ケア・ステーション

管理栄養士

ヨシコ

安田 淑子氏

開催場所

戸山シニア活動館 2階
(新宿区戸山2-27-2)
地図は裏面をご覧ください

申込先

新宿区

若松町高齢者総合相談センター

電話: 03-5292-0710/FAX: 03-5292-0716

月曜~土曜/祝日 午前9時~午後5時30分

会場へのアクセス



FAX送信先 **新宿区若松町高齢者総合相談センター**
FAX番号:03-5292-0716

申込開始日 **令和7年6月17日(火)**

FAX用 参加申込書

かな
氏名

住所

電話