



管理栄養士による

フレイル予防



出張講座



10月30日(木)

10:30~11:30



講師

林 明子先生
(管理栄養士)

管理栄養士の先生が
栄養学的な観点から
フレイルを予防する
食事の話をします

場所：多摩老人福祉センター

1階 教養室

対象：市内在住60歳以上の方

定員：10名【先着順】

申込み：10月15日(水)
9時より電話または来所

多摩老人福祉センター TEL. 044-395-2941