

平日毎日開催！

食生活を見直すための 栄養教室開催

場所：メディカルフィットネスみらい
みらいホール

参加費：無料

日時：下記のスケジュール参照



プログラム

6/1~2 みんなで食べよう「まごわやさしい」

6/5~9 タンパク質の働き

6/12~16 毎月19日は食育の日

6/19~23 食べ物の消化と吸収

6/26~28 食事と運動は車の両輪



栄養教室 スケジュール

	月～水曜日	木・金曜日
午前	9:30～9:45	
午後	14:35～14:50	15:15～15:30

どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。