介護予防に関心のある合志市民の方へ

シニアの低栄養を予防しよう！

食生活改善推進員
による教室です

シニアの元気を食事から応援！



参加者には
商品サンプルを
プレゼント！

本講座は雪印ビーンスターク（株）の
提供により実施いたします。

母乳や粉ミルクの研究からうまれた
大人向け栄養バランスサポート食品である
「大人のための粉ミルク おなかにやさしい」
を活用いたします。

調理実習



レシピ紹介



村上祥子先生の
動画視聴



村上 祥子（むらかみ さちこ）先生

料理研究家・管理栄養士
公立大学法人福岡女子大学 客員教授

電子レンジ調理の第一人者として、
簡単でおいしく、栄養バランスのよい食事を提案。
シニアの健康づくりや食育にも
取り組んでいます。

日時 12月3日（木）10:00～13:00

受付開始：9:30

会場 合志市総合センター ヴィーブル
2階 調理室

先着20名

お申し込みフォーム

参加費 無料

申込・問合せ 合志市役所 健康ほけん課 健康づくり班 096-248-1275