



参加者募集

船橋市食生活サポーター主催 健康バランスクッキング

3日間
開催

しっかり食べて低栄養を防ぎ、運動をして
健康寿命を伸ばしましょう！

日時・会場

- ① 10月14日（水）午前10時30分～午後1時30分
松が丘公民館（松が丘4-32-2） 定員：20名
- ② 10月16日（金）午前10時30分～午後1時30分
中央保健センター（北本町1-16-55） 定員：16名
- ③ 10月20日（火）午前10時30分～午後1時30分
西部保健センター（本郷町457-1） 定員：16名

内 容：調理実習・簡単な体操または講話

対 象：市内在住の50歳以上の方

参加費：一人1000円（当日受付にて現金でお支払い下さい）

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん・台ふきん・手ふきタオル・マスク

申 込：船橋市ホームページからオンライン申請
または、地域保健課までお電話ください
（TEL：047-409-3274）

申込期間：9月15日（火）午前9時00分～9月30日（水）

その他：受付は各日午前10時10分からです
開始5分前までにお越しください

駐車場：①、③：無（公共交通機関をご利用ください）
②：有（数に限りがございます）

市ホームページは
こちら



お問い合わせ：船橋市地域保健課 047-409-3274