

健康づくり出前講座

# アンチエイジング

## のキは食にあり

食べる物次第で若さもある程度保つことができることを紹介します。※簡単な料理デモつき

2月3日(金)10:00~11:30

講師

武蔵野健康づくり事業団

健康づくり支援センター派遣講師

場所

桜堤コミセン 会議室

定員

20名(先着順)

申込

1月18日(水)~

コミセン窓口かお電話で(☎53-5311)

桜堤コミュニティ協議会