

毎日の食事が元気のヒミツ!

食事と健康について

～バランスの取れた食事が健康に結びつくことを学ぶ～

健康で長く
働くために!

毎日の食事を
充実させる
ために♪



○日時：令和8年10月5日（月）14時～15時30分



○場所：吹田市シルバー人材センター3階 大会議室



○定員：30名

○参加費：無料



○講師：吹田市成人保健課職員 様



○持ち物：筆記用具・参加カード



○お申し込み先：吹田市シルバー人材センター事務局

☎ 06-6369-3300

受付時間：平日9時～17時30分

皆様のご参加をお待ちしております!