

骨を守る カルシウム講座



管理栄養士による
カルシウムが担う骨への役割や
骨粗鬆症についてのお話と
カルシウムを豊富に含む食材を
使った体に優しい
中華スープ作り♪
おいしくて栄養満点の一品です。

2025年 **5月16日** (金) ①14:00~15:00 ②19:00~20:00

さだ生涯学習市民センター 3階 料理室

対象 一般(18歳以上)

持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具

定員 各回8名※先着順

参加費 800円

**お申込み
お問合せ**

5月1日(木)午前10時より

窓口・電話・FAX(氏名、電話番号、講座名を明記)



TEL : 050-7102-3133

FAX : 072-831-5337

さだ生涯学習市民センター・さだ図書館指定管理者さだ・まきの文化創造プロジェクト