

# ピンピンコロリを実現！

## 栄養対策講座

～病気になりづらい身体になるために～

身体の仕組みを知り、自分の身体にフィットした栄養素を

知ることによって少しでも健康で不安のないQOL（生活の質）の

確保を目指す健康講座です。お気軽にご参加ください。

参加費  
無料

- ◇ 開催日時 ◇ 2019年 7月27日（土） 16:00～17:00
- ◇ 開催場所 ◇ 芦屋市立体育館・青少年センター 3階第2研修室
- ◇ 参加対象 ◇ 18歳以上の方 どなたでもご参加いただけます
- ◇ 申込方法 ◇ 受付窓口またはお電話にてお申込みください

Tel(0797)31-8228

- ◇ 当 日 ◇ 直接開催場所へお越しください

芦屋市立体育館・青少年センターでは

普段健康について疑問に思っている事などをお気軽に

ご相談いただける講座を毎月開催しております。

是非ご参加ください！！



芦屋市立体育館・青少年センター

指定管理者：S&Nスポーツマネジメント芦屋

芦屋市川西町15番3号 Tel(0797)31-8228 公式HP⇒<http://ashiya-sports.com/>