

令和5年度

定期講座
(無料)

STOP フレイル!

けんこう

おいしく食べよう健口教室



～「簡単クッキング実演」 & 「お口の体操」～



いつまでも、自分の歯でおいしく食べて、毎日元気に過ごしましょう!

日程

令和5年
12月20日(水)

時間

午前10時～午前11時半

場所

立花北生涯学習プラザ 学習室
(塚口町3-39-7)

対象

尼崎市内在住の
65歳以上の方 先着20名

持ち物

筆記用具、水分補給できるもの

内容

試食あり

管理栄養士のお話
低栄養予防と簡単クッキング実演

歯科衛生士のお話
お口のケアとお口の体操

申込み
問合せ

12月5日(火)から受付

尼崎市北部保健福祉センター 北部地域保健課

TEL:06-4950-0637 FAX:06-6428-5110

立花地域課

TEL:06-6427-7770 FAX:06-6427-7773



年に一度、健診を受けましょう!

※受け方等の詳細は右記へお問合せください



尼崎市健康支援推進担当

TEL 06-6435-8967

FAX 06-6435-8968