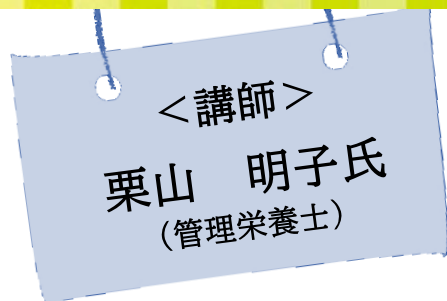


# 栄養講座

## 寝つきをよくする

## 食事と生活習慣



令和5年11月25日(土曜日)14:30~15:30

【申込期限】 令和5年11月16日(木)必着

会 場：八雲体育館 研修室 (1階)

参加費：無料

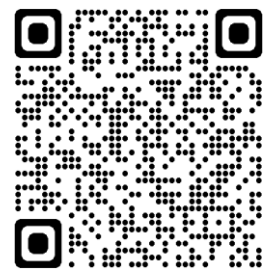
定 員：7人 (定員を超えた場合は抽選。結果は当選者のみにご連絡。)

対 象：16歳以上

【申込方法】 「講座名」「住所」「氏名(ふりがな)」「電話(FAX)番号」「年齢」をご記入の上、目黒区ホームページ・はがき・FAX、または直接窓口にてお申し込みください。

\*区外在住で在勤・在学の方は、名称・所在地をご記入ください。

八雲体育館・宮前公園庭球場の  
スポーツ教室・講習会申し込み



【持ち物】 筆記用具 など