

2月 栄養講座

参加費 無料

～冷えは万病のもと～

体温アップで免疫力アップ！

2月23日（土曜日）

【時間】 14：30～15：30

【対象】 16歳以上

【定員】 20名



今月の栄養講座の内容は・・・

- ・体温と免疫力の関係とは
- ・体温アップにより免疫力が高まりやすい食材とレシピの紹介

会場	目黒区立八雲体育館 1F研修室
講師	管理栄養士 栗山 明子 氏
日程	平成31年2月23日【土曜日】
参加費	無料
対象	16歳以上
定員	20名（定員を超えた場合は抽選となります）
参加方法	①講座名 ②住所 ③氏名（ふりがな） ④電話番号・FAX番号 ⑤年齢、在勤・在学は名称・所在地をご記入の上、往復はがき・目黒区ホームページ・FAXまたは、直接窓口にてお申してください
申込期間	平成31年1月15日（火）～ 2月9日（土）必着
持ち物	筆記用具など
申し込みお問い合わせ	目黒区立八雲体育館 〒152-0023 目黒区八雲1-1-1めぐろ区民 キャンパス内 TEL：03-5701-2984 FAX：03-5701-2985
目黒区ホームページ	http://www.city.meguro.tokyo.jp/index.html