

令和
6年度

10月ボランティアサロン

あさひ健康
マイスター
チャレンジ
対象事業

朝たん実践へ!

タンパク質は、健康的なカラダを維持していくために大切な栄養素です。

カラダに必要な栄養素は、食事から摂取することが基本です。

朝からタンパク質を摂るためにいろいろなメニューを紹介します!!



日時 10月17日(木)

13:30~15:00

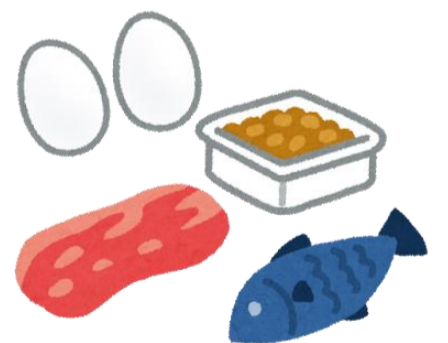
場所 渋川福祉センター ボランティア室

講師 尾張旭市食育ラボ

定員 15人

※定員を超えた場合は、抽選になることがあります。

参加費 無料



申し込み及び問い合わせ先

渋川ボランティアセンター

TEL 51-5535 FAX 51-5543

※土・日曜日、祝・休日を除く 9:00~17:00