



元気を作る栄養のとり方

9/29 (火) 10:00~11:30 | 場所 | 西柴地域ケアプラザ



講師：管理栄養士・健康運動指導士

鈴木美和子氏

食べて、動いて、作って元気！
簡単レシピと楽しい体操で、元気をチャージ
しませんか

お問い合わせ・お申込み
横浜市西柴地域ケアプラザ

045-780-1150