



元気になる 栄養とお口のケアのお話

管理栄養士と歯科衛生士が講師となり、身体もこころも元気になる
栄養と口腔ケアについて学ぶ教室のご案内です。
健康長寿のためには、「しっかり噛んで、しっかり食べること」が
重要です。いつまでも元気でいられるよう、日々の生活で活かせる
ポイントをお伝えします。ぜひ、ご参加ください。



- 1 対象者 深谷市内在住の概ね65歳以上のかたやその家族
- 2 定員 各回先着50名
- 3 申込み 下表の申込期間内（平日の9時～17時）に
電話でお申込みください。

※本教室はためるんピック登録事業です。

もれなく歯ブラシ
セットプレゼント！



日程	時間	場所	申込期間	申込先 (地域包括支援センター)
5月14日(水)	13:30～ 15:30	岡部公民館	4月21日(月)～5月8日(木)	エンゼルの丘 ☎048-546-1216
7月3日(木)	10:00～ 12:00	幡羅公民館	6月13日(金)～6月27日(金)	医師会なごみ ☎048-577-5371
9月26日(金)	13:30～ 15:30	藤沢公民館	9月8日(月)～9月19日(金)	あねとす病院 ☎048-577-3201
11月28日(金)	13:30～ 15:30	南公民館	11月10日(月)～11月21日(金)	はなみずき ☎048-551-1113
1月29日(木)	13:30～ 15:30	深谷市ボラ ンティア交 流センター	1月9日(金)～1月23日(金)	深谷市社会福祉協議会 ☎048-573-6869
3月16日(月)	13:30～ 15:30	花園公民館	2月24日(火)～3月10日(火)	ふじさわ苑 ☎048-571-1234