



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。

もれなく歯ブラシ
セットプレゼント!



※本教室はためるんピック登録事業です（3月11日を除く）

| 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26日(火) | 10:00～ 12:00 | 幡羅公民館 | 5月1日(金)～5月19日(火) | 医師会なごみ ☎048-577-5371 |
| 7月30日(木) | 13:30～ 15:30 | 上柴公民館 | 7月9日(木)～7月23日(木) | あねとす病院 ☎048-577-3201 |
| 9月29日(火) | 13:30～ 15:30 | 南公民館 | 9月7日(月)～9月18日(金) | はなみずき ☎048-551-1113 |
| 11月12日(木) | 13:30～ 15:30 | 深谷市ボラ ンティア交 流センター | 10月22日(木)～11月5日(木) | 深谷市社会福祉協議会 ☎048-573-6869 |
| 1月21日(木) | 10:00～ 12:00 | ワモア川本 | 1月4日(月)～1月15日(金) | ふじさわ苑 ☎048-571-1234 |
| 3月11日(木) | 13:30～ 15:30 | 岡部公民館 | 2月18日(木)～3月4日(木) | エンゼルの丘 ☎048-546-1216 |