



# 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80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。

日程	時間	場所	申込期間	申込先 (地域包括支援センター)
6月1日(木)	13:30～ 15:30	深谷公民館	5月10日(水)～5月26日(金)	深谷市社会福祉協議会 ☎048-573-6869
7月24日(月)	10:00～ 12:00	花園公民館	7月10日(月)～7月20日(木)	ふじさわ苑 ☎048-571-1234
9月26日(火)	13:30～ 15:30	岡部公民館	9月11日(月)～9月22日(金)	エンゼルの丘 ☎048-546-1216
11月29日(水)	10:00～ 12:00	幡羅公民館	11月10日(金)～11月24日(金)	医師会なごみ ☎048-577-5371
1月25日(木)	10:00～ 12:00	藤沢公民館	1月10日(水)～1月19日(金)	あねとす病院 ☎048-577-3201
3月28日(木)	10:00～ 12:00	南公民館	3月11日(月)～3月22日(金)	はなみずき ☎048-551-1113