

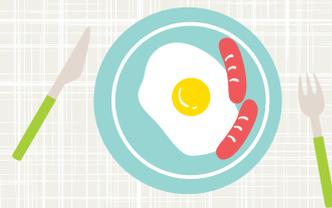
主催／タウンニュース社
協力／Fine Villageげんき村

カラダが喜ぶ 美味しい 暮らし



食生活のアドバイザーが教える 健康づくりの3つのカギ

“手軽に” “美味しく” “笑顔になれる”をコンセプトに、
「健康」とともに「美しさ」も保つ秘訣を学ぶ講座です。



日時

2024年7月17日(水)

午後2時～3時(1時30分開場)

講師 小笹 深幸<看護師・調理師>

会場 うみかぜテラス集会室1F-1,2

定員 50人 参加費 無料

申込方法 うみかぜテラス窓口または電話、
ウェブ申込フォームから

申込期間 **先着順 7月12日(金)まで**



ウェブ申込
フォーム



アートフードプロデューサー
小笹 深幸

看護師、調理師
深幸塾主催
お料理教室他

※講座の様子は写真・動画で撮影し、写真をHP等広報業務に使用することがあります。
ご了承ください。

健康寿命を延ばす

食べ物への意識で

今後の
健康講座
開催予定

●「不調から抜け出すカギは姿勢にアリ!!」

日時：8月21日(水) 講師：猪股 甚暢 <柔道整復師、NTA整体師>

●「わっ!ハッ!HEY!!! 80代を元気に生きる!!」

日時：9月18日(水) 講師：後藤 光子 <Fine Villageげんき村 村長>

※今後の講座名・開催日・内容等は予告なく変更となる場合があります。

茅ヶ崎公園体験学習センター うみかぜテラス

☎0467-85-0942

(9:00～21:00、休館日除く)

〒253-0055 茅ヶ崎市中海岸3-3-9

申込・
お問い合わせ



うみかぜテラス
公式HP

