

カラダは**食べた物**からできている

元気な人生 100 年のヒント

健康寿命を延ばすために、
今からできることは何でしょうか？

”**元気な人生 100 年**” のカギとなる

「栄養・運動・口腔ケア」を
実例と体験を交え考えます。



■日時■ 令和 7 年 5 月 29 日 (木) 14 時～15 時 30 分

■場所■ 福岡市立中央市民センター 2 階 視聴覚室

■定員・費用■ 先着 50 名 (事前申込制) 参加費無料

■申込方法■ 4 月 15 日 (火) 9 時より
電話・ファックス・来館にて受付
氏名・住所・年齢・連絡先をお知らせください



申込・お問合せ

福岡市立中央市民センター

福岡市中央区赤坂 2-5-8

Tel. 092-714-5521 / Fax. 092-714-5502