



女性のための



「健康づくり栄養」講座



身体の中から美しく！いつまでも若々しく✧

- 【日 時】令和5年12月14日（木）13時から15時まで
【場 所】泉南市立樽井公民館 2階大会議室
【内 容】肌老化を防ぐために欠かせない抗酸化と抗糖化とは？
野菜の持つ抗酸化力と抗糖化の仕組み・食べ方の紹介
見かけ年齢チェック実施について
【定 員】20名（申込順）
【対 象】市内在住、在勤の方
【申込期間】令和5年11月15日（水）～令和5年12月7日（木）15時まで
【申込方法】樽井公民館窓口へ提出するか、FAXで送信してください。
また、メールの申込みの際、講座名、下記と同じ内容を記入し送信してください。
【講 師】もり あきお 森 昭男さん（明治安田生命職員）
【一時保育】定員5名（申込順）対象年齢1歳から就学前まで
申込みは裏面の申込書の内容を必ず記入してください。

血管年齢チェックも
あるよ！



どれくらい野菜が取れ
ているかベジチェック
もあるよ！



【問合せ先】泉南市教育委員会 文化振興課 公民館係
（泉南市立樽井公民館）＜月曜午後・火曜日・祝日は休館日＞
（電話）072-483-4361 （FAX）072-483-4380
（E-mail）tarui-k@city.sennan.lg.jp
〒590-0521 泉南市樽井 6-11-16

花笑み
sennan



女性のための



「健康づくり栄養」講座申込書



下記に必要事項記入して、樽井公民館窓口へ提出するか、FAXで送信してください。

また、メール申込みの際、講座名、下記と同じ内容を記入し送信してください。

【FAX】072-483-4380 【Mail】tarui-k@city.sennan.lg.jp

	項目	記入欄	
申込者	ふりがな		
	氏名		年齢
	住所		
	電話番号		
	Email		
	FAX		
一時保育	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>		
	ふりがな		
	氏名		年齢

