

現代的課題コース

今！気になる！健康と栄養

現代的課題といえる生活習慣病の原因と予防方法について、『栄養』から考え、楽しく学びます。

【 日 程 】令和9年 1月 8日(金) ～ 1月29日(金) 10:00 ～ 12:00

【 会 場 】青木東公民館 講座室、調理実習室

【 定 員 】20人(応募者多数の場合には抽選となります)

【 受 講 料 】無 料

第1回 1月 8日(金)	生活習慣病の現状と予防について	川口市役所健康増進課 栄養士
第2回 1月15日(金)	ミニ健康チェック(体組成測定等)	川口市役所健康増進課 栄養士、保健師
第3回 1月22日(金)	生活習慣病予防の食事と調理について	川口市役所健康増進課 栄養士
第4回 1月29日(金)	まとめの講話とみんなで健康マイスター養成講座	川口市役所健康増進課 栄養士

【 募 集 期 間 】11月25日(水) ～ 12月10日(木)

【 申 込 方 法 】青木東公民館の窓口に直接、インターネット(右記の二次元コード)でお申込みください。

※窓口の受付時間は、11月30日(月)・12月7日(月)を除く
9:00～17:00です。

詳細は、青木東公民館にお問い合わせください。



青木東公民館

所在地 川口市青木2-11-33

電 話 048-254-3712

交 通 JR川口駅から徒歩30分

SR川口元郷駅から徒歩15分

《JR川口駅東ロバス》

5番のりば (川07) サンテピア行

⇒「青木橋」下車徒歩5分

※公共交通機関でお越しください