

# 健康でいるための 「食」と「運動」のお話

～人生100年時代を生き抜くために～

日 時 : 9月29日(木)

10時～11時30分

講 師 : 理学療法士 新田智裕さん

参加費 : 300円

定 員 : 20名

申込み : 8月11日(木)

10時から受付・TELにて先着順

