

五感で楽しむ野菜 と果物の健康講座

～見て、触れて、話して、脳も元気～

8月31日(月)

午後1時半～3時
やよいの園 2F大広間

先着
30名

参加費は
無料です



いつまでも元気に過ごす為のヒントを学び
実践して健康寿命を伸ばしましょう！

講 師：齊藤雅愛 氏（野菜ソムリエ）

対 象：65歳以上の中野区在住の方

持ち物：上履き、飲み物

申 込：8/12(水)～29(土)※日・祝日を除く

ご本人が電話または直接やよいの園へ

お問い合わせ やよいの園

開館時間：午前9時～午後5時(日祝休館) 電 話：03-3370-9841

住 所：中野区弥生町3-33-8 担 当：松岡・原