



スポーツ栄養健康講座

スポーツ、成長に大切な栄養のお話をします！

今回は理学療法士をお呼びし

健康に過ごすための栄養と運動の関わりや

食育もテーマに！

自分や家族の為、関わるまわりのすべての人の為

学んでみませんか？

日 時：2024年1月28日(日)

9:30～10:30 (9:00より受付開始)

場 所：神戸市立垂水体育館 多目的室

参加費：無料

担 当：岩下 知未 先生 (理学療法士)

定 員：30名

持ち物：飲み物・筆記用具・室内シューズ

申 込：窓口・電話

申込期間：1/9 (火)～先着順