



健康づくりのための 食生活のヒント

■講師 三井クリニック管理栄養士 長田正明氏

日常生活を見直して、適度な運動や食事など健康的な生活習慣を心がけることで多くの生活習慣病が予防できます。今回の講座では、食生活のポイントを中心に管理栄養士さんに分かりやすくお話しいただきます。

■主催 千葉県立西部図書館 千葉県松戸健康福祉センター

■日時 平成27年2月14日(土)午後1時30分～3時15分(受付開始1時)

■会場 千葉県立西部図書館 研修室

■定員 30名(申込先着順)

■申込方法 来館、電話またはメールでお願いします。

電話：047(385)4133

メール：wlib-kouza@mz.pref.chiba.lg.jp

メールの件名欄には健康医療情報講座、本文には氏名と電話番号を明記してください。

(本件に関する個人情報は、当講座開催に関する連絡に必要なが生じた場合にのみ使用します。)

当講座は千葉県松戸健康福祉センターの食育指導者研修事業との連携・協力により実施しています。



【QRコード】
講座のお知らせ
ページへアクセス

交通案内

千葉県立西部図書館

松戸市千駄堀 657-7

JR 武蔵野線 新八柱駅 徒歩約 15 分

新京成線 八柱駅・常盤平駅 徒歩約 15 分

バスの場合は八柱駅前 3 番乗り場より

新京成バス小金原団地行・北小金駅行

「公園中央口」下車 徒歩 5 分



* 駐車場は台数が少ないため公共交通機関のご利用にご協力ください。

なお、隣接する「森のホール」には有料の駐車場があります。