

# ちよこっと茶屋



## 「女性のための健康づくり栄養」 についてお話をします

※明治安田生命さんによる定期講座です

握力測定で体力検査  
健康相談・介護予防・認知症  
などのよろず相談にも対応し  
ます

- ・肌老化を防ぐ
- ・体の中から健康に
- ・野菜の持つ抗酸化力



参加  
無料

10/5 (木)

10:00~11:30

場所: コープさっぽろパセオすみよし店内

コープさっぽろ **×** 千歳市・社会福祉法人千歳市社会福祉協議会