

食事でかなえる理想のカラダメンテ術 日程一覧

対象：18～64歳まで 定員：各20名

テーマ	日 程	会 場 (保健福祉センター)	
			広報掲載予定日
いそどり野菜のバランズごはん	9月30日（水）	小金	9月1日号
	10月6日（火）	常盤平	
	10月7日（水）	中央	
コツ骨たべて骨元気	11月25日（水）	常盤平	11月1日号
	12月1日（火）	中央	
	12月7日（月）	小金	