



定員9名

6月の



どんぐり山 調理実習

便秘解消ごはん

6/25 (木) 11:00~13:00

便秘は放置すると体調不良や生活の質の低下につながる場合があります。今回は食事の工夫からおなかの調子を整える方法を学びます。

料金 無料

※応募多数の場合は抽選

ご用意いただくもの

エプロン 三角巾等、髪の毛を覆えるもの 筆記用具

送迎バスがあります

市役所10時30分発⇨どんぐり山 送迎バスがあります。予約時にお申し込みください。

お申し込み・お問い合わせ

福祉Laboどんぐり山 介護人財育成センター
☎0422-24-7350 担当 小形

講師
多摩小金井
栄養ケア・ステーション
齋藤恵子氏



お申し込みフォーム