

食事の力で免疫力アップ! ～日々の食事で体調を整えよう～

免疫力をアップし体調を整えるのに役立つ食事の工夫や、食材についてなどを学びます!

講師

山形県栄養士会

顧問 西村 恵美子 氏

SUKSK
ポイント対象

日時 3月13日(水) 13:30~15:30

会場 山形市男女共同参画センター「ファーラ」5F 視聴覚室
(山形市城西町2丁目2-22 市総合福祉センター内)

対象 山形市・寒河江市・上山市・村山市・天童市 東根市・尾花沢市・山辺町・
中山町・河北町 西川町・朝日町・大江町・大石田町在住、または、
山形市に在勤・在学の方
会場受講 先着 40名 オンライン配信あり

託児 1歳以上未就学のお子さん・無料・先着順・要予約
3月4日(月)までお申込みください。
山形市以外の方はご相談ください。

申込方法・問合せ先

2月16日(金)から受付開始

★会場受講者 ⇒ 電話での申し込み

★オンライン配信希望者 ⇒ メールまたは電話での申し込み 締め切り:3月5日(火)

E-mail : fala@city.yamagata-yamagata.lg.jp

住所(市町村名)・氏名・電話番号・件名「免疫力アップ講座」

当日使用のメールアドレスを記入しお申込みください。

後日、配信方法等をメールでお知らせします。

TEL : [023\(645\)8077](tel:023(645)8077) <日曜・祝日を除く9時~17時15分>
山形市男女共同参画センター「ファーラ」



「ファーラ」は山形市が運営している公的施設です。広報やまがたや山形市ホームページ等に各種事業を随時掲載しています。
また、個人情報は適切に管理し、当該事業の目的以外には使用しません。