

# 第48回 からきだ菖蒲館

＜地域・医療講座＞

## ●生活支援講習会 ●

～いつまでも若々しく老化を防いで体の中から健康に～

ベジチェック（野菜の摂取量）・

AGEsセンサー（老化物質の量）を測り可視化します

**日 時：令和8年1月22日(木)**

**時 間：14時～16時**

会 場：からきだ菖蒲館2階ホール

参加費：無料

定 員：30人

講 師：谷本美緒氏



**申込み：令和8年1月5日(月)14:00～(電話可)**



主催：唐木田コミュニティセンター運営協議会

健康・スポーツ部会

協力：明治安田生命保険相互会社

電話：042-338-6333 FAX：042-338-6334