











# Jリーガーの食事から学ぶ、



# 健康で元気に過ごすための食事

	日時	7月28日(日) 10:00~11:00
	場所	高岡コミュニティセンター 3F研修室
	対象	小・中学生の親
	内容	朝食の大切さ、骨を強くする食事、貧血予防の食事 についての講演
	定員	先着30人
	参加費	500円
	申込	7月7日(日)9:00から電話か直接窓口で受付
	TEL	0565-53-7771