

管理栄養士に学ぶ

今日から変える「あぶら」習慣

—あぶらの役割と必要性をやさしく解説—

「あぶら=悪いもの」と思っていないですか？

あぶらは、私たちの健康に欠かせない大切な栄養素。

正しく選び、上手に摂ることで、健やかな毎日を過ごせます！



【開催日時】 9月9日（火）10：30～12：00 <全1回>

【講師】 女子栄養大学生涯学習講師 荻原 英子氏

【会場】 駒込地域文化創造館 第2会議室

【定員】 15名（応募多数の場合は抽選）

【対象】 区内在住・在勤・在学の18歳以上

【費用】 600円



【申込方法】

◆ 応募締切 ◆ 8月15日（金）必着



● WEB

としま未来文化財団WEBサイト 講座募集ページの
「文化カレッジ申込フォーム」に必要事項を入力して申込WEB申込みは
こちらから

● 郵 送

往復はがき(170円)に、次の事項をご記入の上、当館へ郵送

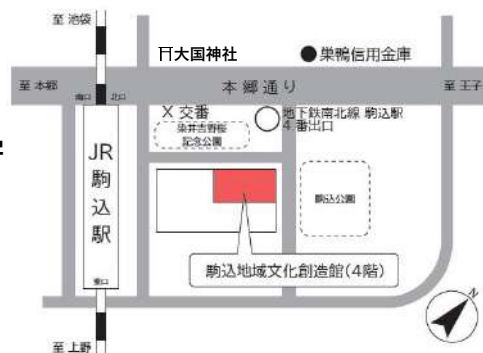
往信面：①講座番号 ②講座名 ③住所 ④氏名（フリガナ）

⑤年齢（年代のみ）⑥電話番号 ⑦豊島区在勤・在学

で申込みの方は勤務先・学校名、所在地、電話番号

返信面：ご自身の住所 氏名

● 窓 口

郵便はがき(85円)に、ご自身の住所、氏名を記入しご持参の上、
各地域文化創造館窓口にてにて申込

◆JR山手線「駒込駅」北口徒歩2分

◆東京メトロ南北線「駒込駅」4番出口徒歩1分