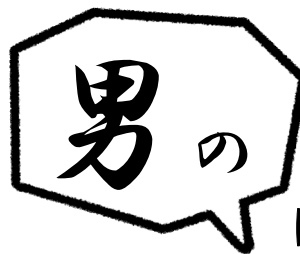


令和7年度(2025年度)

STOP フレイル!



定期講座
(無料)

自分で作って

おいしく食べよう健口教室

～「簡単クッキング」&「お口の体操」～
いつまでも、自分の歯でおいしく食べて、毎日元気に過ごしましょう!

日 程

12月16日(火)

時 間

午前10時～午前11時半

場 所

武庫西生涯学習プラザ 2階 料理教室
(武庫の里1-13-29)

対 象

尼崎市内在住の
65歳以上の男性
先着 16名

持ち物

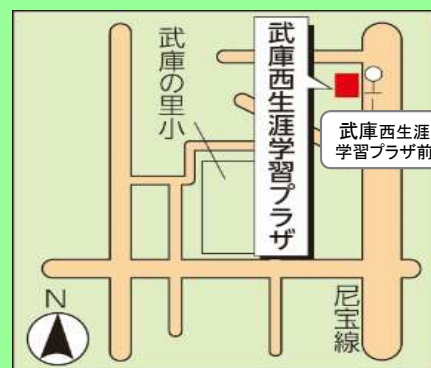
エプロン、三角巾、お茶、
手拭きタオル、筆記用具

申込み
問合せ

11月5日(水)から受付

尼崎市北部保健福祉センター 北部地域保健課

TEL: 06-4950-0637 FAX: 06-6428-5110



内容

歯科衛生士のお話
お口のケアとお口の体操

管理栄養士のお話
低栄養予防クッキングと試食



午前7時の時点で、尼崎市に大雨・洪水・暴風(暴風雪を含む)警報、これらにかかる特別警報が発令されていた場合は、事業を中止します。また、大きな揺れを伴う地震が発生したり、大津波警報が発令された場合は事業を中止することがあります。



年に一度*、健診を受けましょう!

受診方法の詳細は右記へお問い合わせください



尼崎市健康支援推進担当
TEL 06-6435-8967
FAX 06-6435-8968

*年度(4月～翌年3月)に1回の受診となります。