



2/10
(月)

【健康・福祉講座】
世界に学ぶ
百歳元気に生きる
賢い食べ方

テーマに沿ったお弁当を
いただきます



【日時】

2025年

2月10日(月) 11:00～13:30

【講師】

※事前申込要

武庫川女子大学健康科学総合研究所
国際健康開発部門
食育グループ Healthy+
同大名誉教授

家森 幸男

【場所】

1階 第1集会室

【定員】

25名

【対象】

一般

【材料費】 500円(申込時)

【持ち物】 昼食用飲み物・お手拭き

申し込み

1月27日(月)

9:30～11:00

当館ロビーにて受付
先着順、おひとり
2名まで受付可

2/20
(木)

【健康・福祉講座】
これからの
認知症

元気なうちに
できることはあるの？



【日時】

2025年

2月20日(木) 13:30～15:00

【講師】

申込不要・当日先着順

認知症初期集中支援チーム小松
(相談窓口オレンジサポート)

介護福祉士 竹下 真希

高齢者あんしん窓口小松
(小松地域包括支援センター)

看護師 後藤 奈美

【場所】

1階 第1集会室

【定員】

40名

【対象】

一般

※受付時に手洗い又は手指消毒のご協力をお願いします
※必要に応じて飲み物の持参をお願いします

※講座は開始2時間前に警報が出ていれば中止です
※材料費などの諸費用について記載のない講座はすべて無料です

問い合わせ先 学文公民館



0798-41-6050

西宮市公民館地域学習推進委員会講座のご案内HP →

