

無料

先着 30 人

今からできる！

# 健康長寿を 目指す食生活

高齢になってもいきいきと自立して過ごすために、何をどう食べたらいい？  
食生活の秘訣をお伝えします。

11 月 13 日 (水) 14:00~16:00

逗子市役所 5 階 第 1, 2 会議室

【講師】成田美紀氏 (東京都健康長寿医療センター研究員・管理栄養士)

お申し込み・問い合わせ

逗子市役所国保健康課健康係

電話：046-873-1111 (内線 241・242) FAX：046-873-4520

Emailkenkou@city.zushi.lg.jp

お申し込みの際は、①住所、②氏名、③電話番号を電話・FAX  
(裏面参照)・Eメールで、または直接国保健康課健康係まで

## 講師プロフィール

### 成田 美紀さん

青山学院大学大学院理工学研究科博士前期課程化学専攻、香川栄養専門学校栄養専門課程栄養士科、東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科修士課程修了、同大学院博士課程単位取得満期退学。理学修士、医科学修士。日本原子力研究所東海研究所環境安全研究部、東京都老人総合研究所疫学部門を経て2011年より現職。主に栄養改善プログラム作成や食を通じたコミュニティ作りの提案、普及啓発に携わる。専門は公衆衛生学、栄養疫学。



このまま送信してください。

送信先046-873-4520

**FAX申込書** 逗子市福祉部国保健康課健康係あて

「食育講演会」申し込み

住所：

(フリガナ)

氏名：

電話番号：

ご記入いただいた個人情報は、この講座の開催に必要な場合にのみ使わせていただくこととし、目的外使用、第三者への提供はいたしません。

## 次回のお知らせ

元気な高齢者を増やそうプロジェクト講演会 第2弾

### 認知症予防講演会

講師 遠藤 英俊氏 (国立長寿医療研究センター長寿医療研修センター長)

日時 令和2年1月18日(土) 10:00~11:30

場所 逗子市役所5階会議室

申込方法等の詳細は広報12月号をご覧ください。(無料・要予約・先着100名程度)

問い合わせ 逗子市役所高齢介護課高齢福祉係