令和８年度川崎市介護予防実務者研修

骨と筋肉 両方守って 転ばない身体に！

～今日から変える食卓のひと工夫～



令和8年8月22日（土）
13:30～15:30

かわさき健康づくりセンター 研修室
（※裏面に地図がございます）



無料

骨と筋肉の健康を保つ、
毎日の食事のコツ。
簡単ですぐに試せる「ひと工夫」
をお伝えします！
一緒に転ばない体を
作りましょう！



講師
管理栄養士 那須 圭士郎 氏



定員 50名（要予約）

お申込み・お問い合わせ

主催：川崎市医師会かわさき健康づくりセンター　TEL：044-333-3741