

しょくせいかつ みなお
食生活を見直そう！

えいよう かんけい
メンタルヘルスと栄養の関係

けんこう ひつよう えいようそ しょうかい
こころの健康（メンタルヘルス）に必要な栄養素やレシピを紹介します！



にち じ れいわ ねん がつ にち ど じ じ ぶん
日 時：令和6年6月29日（土）14時～15時30分
うけつけ じ ぶん
（受付：13時45分～）
ば しょ けんこうふくし かい けんしゅうしつ
場 所：くらしき健康福祉プラザ 2階201研修室



しえんいん
支援員の
おおまえ
大前です。
わたしが
はなし
お話します。

さんかもう こ ほうほう
▶参加申し込み方法

ぜんじつ でんわ もう こ くだ
前日までに電話・E-mail でお申し込み下さい。

くらしきしょう しゃしゅうぎょう せいかつしえん たんとう あだち こんどう おおまえ
倉敷障がい者就業・生活支援センター 担当：足立・近藤・大前

でんわばんごう
電話番号：086-434-9886 E-mail：syugyo@kgwc.or.jp