

# 第17回ふくしおべんきょうかい



## 会場

イオンタウン館山 専門店街 コミュニティホール

## 定員

先着 80 名

〔 定員に満たない場合は  
当日のご参加も承ります 〕

## 申込受付

館山市地域包括支援センター  
なのはな

0470-22-1350

主催 ◆ 館山市地域包括支援センター（たてやま / なのはな / いちご）  
千葉県中核地域生活支援センター ひだまり

協力 ◆ 館山市

「作るのが大変だから」「食欲がないから」「痩せたいから」・・・ついつい食事を抜いたり、偏った食事になったりしていませんか？

日中活動するエネルギーを補うのはもちろん、健康的な身体づくりのためにも、バランス良い食事は欠かせません。今回のふくしおべんきょうかいでは、館山市の主任管理栄養士を講師に招き、より健康的に、長生きするための食の心得についてお話を伺います。この機会にご自分の食生活を見直してみませんか？

## ふくしおべんきょうかいとは？

ふくしおべんきょうかいとは、福祉関係者だけでなく、地域の方々と共に福祉について勉強し、考えていける場をつくりたいという思いから、平成23年11月に生まれました。

福祉の対象は幅広く、児童・障がい・高齢などがあります。必ずしもそれぞれの分野が連携しているとは言えません。ふくしおべんきょうかいでは、福祉に関わる全ての人とのつながりを作ることを目指します。また、地域全体で福祉について考える場として、福祉関係者と地域とのつながりを大切に、社会福祉の向上に努めます。

### [ 最近のふくしおべんきょうかい ]

第12回：フードバンクちばの活動とは？

第13回：冬場に流行する感染症

第14回：障害者差別解消法について

第15回：地域で高めよう 防災意識と近所（近助）のチカラ

第16回：今、注目のポールウォーキング

## 会場のご案内 | イオンタウン館山 専門店街（館山市八幡545-1）

