

令和6年度

ウエルカフェ栄養サロン

参加費
無料

栄養士が

テーマに合わせた食事のポイントをご紹介します！

開催場所	ウエルシア つくば桜店	ウエルシア つくば豊里店	ウエルシア つくば小荳店
美味しく 適塩 生活 ☆体組成測定と味噌汁の試飲	5/18(土)	9/14(土)	2025年 1/19(日)
忍び寄る 糖尿病 の足音 ☆体組成と血管年齢の測定	6/23(日)	10/24(木)	2025年 2/18(火)
キレイ は 食事 でつくれます ☆体組成と骨強度の測定・ 貧血チェック	7/19(金)	11/17(日)	2025年 3/30(日)

時間

10:00~11:00

測定会(30分)
栄養講話(30分)

対象

つくば市在住の方

定員約10人

申込み

開催日の前日までに電話で
※日曜日開催は、金曜日まで(当日参加もOK👌)

☎ 029-883-1111 (平日8:45~16:30)

土日開催
あり！

※体組成は20歳以上
から測定できます。

問合せ先 つくば市保健部 健康増進課