

2026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！

テーマ	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 つくば小荃店
コツコツ健康 <b>骨元気</b> ☆骨強度の測定	12/13(日)	6/23(火)	2027年2/21(日)
いきいき健康 <b>血管若返り</b> ☆血管健康度の測定	<del>終了</del> <del>4/26(日)</del> 2027年1/24(日)	8/23(日)	11/17(火)
おいしく健康 <b>適塩</b> 生活 ☆血管健康度の測定	5/17(日)	10/18(日)	9/13(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または右記二次元コードから  
※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)

※1 使用する血管健康度は、結果が「よい・ふつう・わるい」と表示されます。  
※2 混雑状況により、ご案内できない場合がございます。



問合せ先 つくば市 健康増進課