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！

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 つくば小茎店
コツコツ健康 **骨元気** ☆骨強度の測定	12/13(日)	終了 ~~6/23(火)~~	2027年2/21(日)
いきいき健康 **血管若返り** ☆血管健康度の測定	終了 ~~4/26(日)~~ 2027年1/24(日)	終了 ~~8/23(日)~~	11/17(火) ※開催時間 18:00～19:00
おいしく健康 **適塩**生活 ☆血管健康度の測定	終了 ~~5/17(日)~~	10/18(日)	終了 ~~9/13(日)~~

時間 10:00～11:00
測定会(30分)
栄養講話(30分)

11月17日(火)のみ
18:00～19:00
開催

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