

2025年度

ウエルカフェ栄養サロン



参加費
無料

すべてのテーマで
体組成が
計測できます！

※体組成は20歳以上
から測定できます。

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(各2回)	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 骨元気 ☆骨強度の測定	終了 4/22(火) 2026/3/8(日)	終了 5/6(火)	終了 9/14(日)
いきいき健康 血管若返り ☆血管健康度の測定	終了 8/10(日) 終了 26/1/11(日)	終了 11/9(日)	終了 6/3(火)
おいしく健康 適塩生活 ☆本当の「おいしさ」がわかる 試食体験	終了 10/12(日) 終了 12/14(日)	終了 7/13(日)	終了 2026/2/8(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)

※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 つくば市保健部 健康増進課