

リハトレタイム

～日常のためになるお話！今日からできる体にいいことお伝えします！～

第1回 健康に生活するための基本的な栄養について

9月 4日（金） 10:30～11:30

講師：仙台市健康増進センター 管理栄養士

内容：講話 定員：30名程度



第2回 丈夫な骨を作るには？コツコツ実践で骨粗鬆症予防

11月11日（水） 10:00～11:00

講師：イムス明理会仙台総合病院 栄養科 管理栄養士

内容：講話 定員：30名程度



第3回 発酵食品で美味しい“腸活”のすすめ

1月15日（金） 10:00～11:30

講師：コツコツ認定栄養ケア・ステーション 管理栄養士 浅野ゆか氏

内容：講話、調理のデモンストレーション&試食 定員：30名程度



参加費：無料

場所：宮城県障害者福祉センター 3階大会議室
(仙台市宮城野区幸町4丁目6-2) 電話 022-291-1585

申込み：申込書にご記入の上、FAXや電話、窓口にてお申込みください。

持ち物：筆記用具、水分、※1月の回は試食があるため、ウェットティッシュをご持参ください。

【主催・お問い合わせ先】

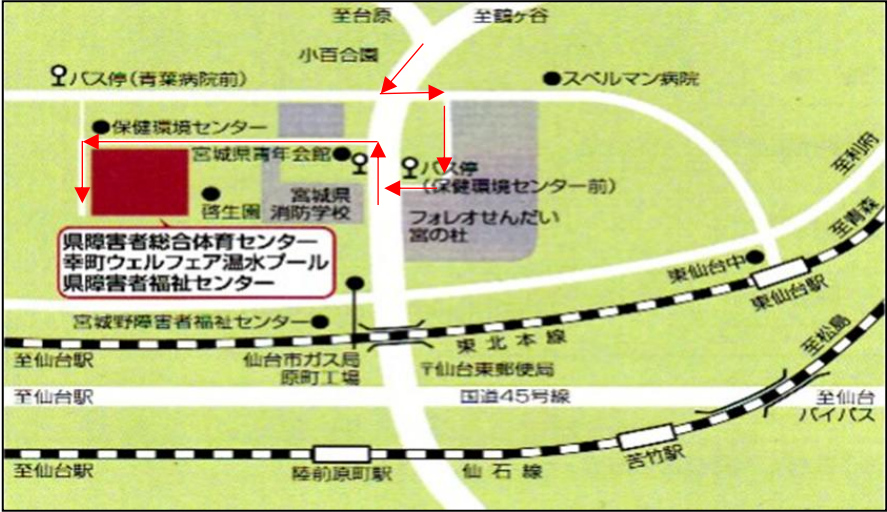
宮城県障害者福祉センター 仙台市宮城野区幸町4-6-2

電話：022-291-1585 FAX：022-297-0721



福祉センターHP

福祉センターへのアクセス方法



☆仙台市営バス☆

仙台駅前②⑦番乗り場より（110系統、120系統）東仙台（営）、鶴ヶ谷7丁目、旭ヶ丘駅（鶴ヶ谷7丁目経由）「保健環境センター・青年会館前」下車、徒歩3分

仙台駅前②7番乗り場より（220系統）鶴ヶ谷7丁目、旭ヶ丘駅（鶴ヶ谷7丁目経由）
「保健環境センター・青年会館前」下車、徒歩3分



【東北本線】

■「東仙台駅」下車、徒歩30分

【仙山線】

■「東照宮駅」下車、徒歩30分

【仙石線】

■「陸前原ノ町駅」下車、徒歩30分

FAX送信先 宮城県障害者福祉センター宛て
(022-297-0721)

「リハトレタイム」参加申込書

氏 名	(ふりがな) (歳)		
住 所	〒 ー		
連絡先	電 話 : ー ー ファックス : ー ー 携帯電話 : ー ー		
障害状況 該当するものに○を 付けてください。	肢体不自由 視覚障害 聴覚障害 内部障害 高次脳機能障害 知的障害 言語障害 精神障害 発達障害 そのほか() 特に無し		
参加 希望日 希望する日に○を 付けてください。	9月4日(金)	11月11日(水)	1月15日(金)
そのほか	◆職員に配慮してほしいことや講師に質問してみたいことなどをご記入ください		

※ご記入いただきました個人情報は、教室に関するご連絡にのみ使用させていただきます。
※上記申込書に記入の上、当センターまでご提出いただくか、電話にてお申し込みください。

ご応募お待ちしております!!