

学んで・測って・相談できる！

食べること応援ステーション

参加
無料

「栄養のある食事をしっかりとること」「しっかり食べるために口のお健康を保つこと」を大切にしたフレイル（虚弱）予防のイベントを開催いたします。管理栄養士による個別相談も受け付けております。ぜひ、お気軽にご参加ください！



どなたでもお気軽にご参加下さい♪
ウエルシアの管理栄養士が相談にのります！



健康に自信がなくても大丈夫！

予約不要

途中参加
OK

相談だけでも
OK

管理栄養士がテーマに合わせた食事のポイントを紹介！

開催スケジュール

※各日程 10:00～11:30

テーマ	ウエルシア 平塚中原店	ウエルシア 平塚四之宮店
エクササイズ	8/13(木)	9/24(木)
簡単フレイルチェック	10/15(木)	11/19(木)
骨強度・噛む力チェック	12/17(木)	1/14(木)
野菜摂取量チェック	2/18(木)	3/18(木)

会場の詳細は裏面をご確認下さい！

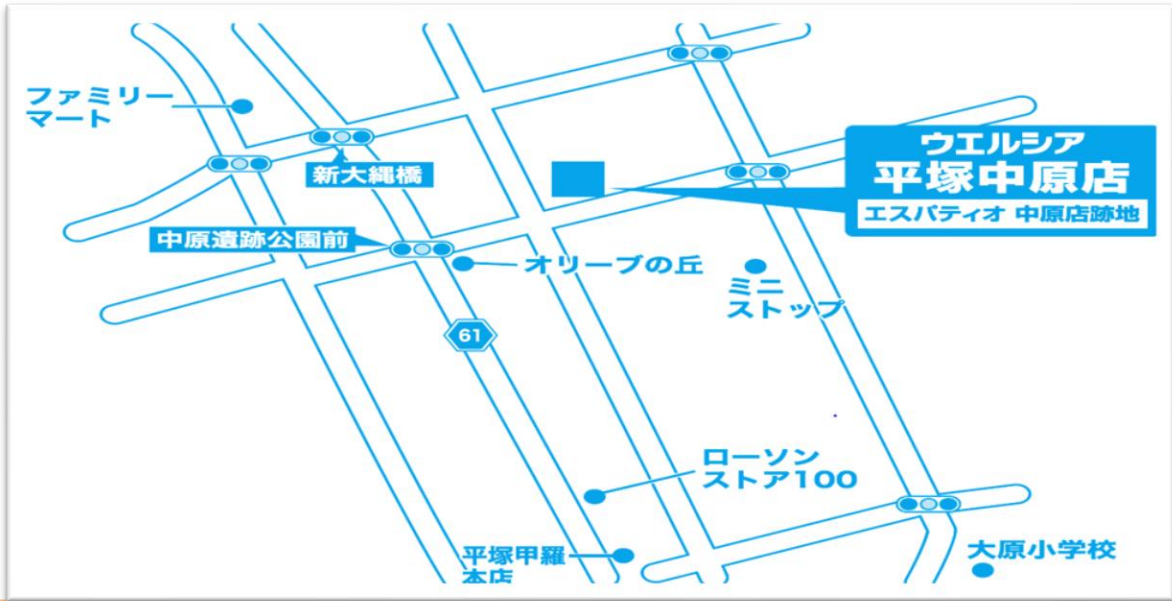
このイベント（食べること応援ステーション）は平塚市からの委託事業です

会場

食えること応援ステーション



場所 ウエルシア平塚中原店
「ウエルカフェ」スペース
(平塚市中原 3 - 1 - 22)



場所 ウエルシア平塚四之宮店
「ウエルカフェ」スペース
(平塚市四之宮 5 - 25 - 38)



このイベント（食えること応援ステーション）は平塚市からの委託事業です