

岡山市消費生活講演会

ストレスと食生活

～健康な心と体はバランスのよい食事から～

ストレスと食生活の関係性を学び、普段の食事に活かすことで健康な心と体を手に入れましょう！

○講師○

岡山県南部健康づくりセンター

管理栄養士

豊田 加奈子 氏



主催

岡山市消費生活センター

参加費

無料

日程

令和3年3月3日（水）13時30分～15時00分

会場

ピュアリティまきび 2階

定員

50人 ※岡山市在住・在勤・在学の方。受付は先着順。

申込

お問合せ

令和3年2月26日（金）までに岡山市消費生活センターへお電話にてお申し込み下さい。〔☎086-803-1105〕

＝会場へのアクセス＝

〒700-0907 岡山市北区下石井2-6-41
ピュアリティまきび 2階 ☎086-232-0511

- ・JR 岡山駅東口より市役所通りを徒歩7分
- ・山陽自動車道 岡山ICより車で20分

（無料駐車場の台数には限りがあります）

- ・バス停「イオンモール岡山前・源吉兆庵本社前」から徒歩3分

※新型コロナウイルス感染症対策として会場における座席間隔を空けておりますが、当日は会場にて検温・手指消毒・マスク着用等のご協力をお願いいたします。

