

参加無料！試食あり 

令和8年度

からだうれしい 食事教室



元気パワフルレッスン

～フレイル予防～

6月30日(火)

総合保健センター

午前10時～11時30分

申込
開始日 6月1日(月)

からだスッキリケア

～脂質異常症予防～

7月22日(水)

南公民館

午前10時～11時30分

申込
開始日 6月1日(月)

糖バランスケア

～糖尿病予防～

10月9日(金)

南公民館

午前10時～11時30分

申込
開始日 9月1日(火)

おなかスッキリ習慣

～メタボ予防～

10月30日(金)

総合保健センター

午後1時30分～3時

申込
開始日 10月1日(木)

そなえる骨ケア習慣

～骨粗しょう症予防～

12月16日(水)

高階南公民館

午前10時～11時30分

申込
開始日 12月1日(火)

おいしく減塩ケア

～高血圧予防～

令和9年 **1月20日(水)**

高階南公民館

午前10時～11時30分

申込
開始日 1月4日(月)

内容

保健師、管理栄養士、歯科衛生士による講話、
各種計測(テーマにより変動あり)、試食、相談

定員

市内在住の18歳以上

内容

20人(先着)

持ち物

筆記用具、飲み物

申込み

下記の二次元コードから電子申請



申込方法

申込みはかんたん3ステップ！

●二次元コードから



①

スマートフォンで
二次元コードを
読み込む

●市公式ホームページから



①

川越市公式
ホームページの
メニューをクリック

文章・キーワードからさがす

文章で検索できます



検索

> サイト内検索の使い方

ページIDを入力すると該当ページが表示されます。

1006027



表示

> ページID検索の使い方

ID 検索の欄に
【1006027】または
【からだうれしい食事
教室】と入力し表示

②

ホームページ内【申込み】より希望回のリンクをクリックし、必要事項入力→申請完了

③

前日までに当日の案内メールが送信されます。
※前日までにメールが来ない場合は問い合わせ先までご連絡ください。

※電子申請が難しい方は電話で裏面の問い合わせ先までお問い合わせください。

《電話受付時間》 午前9時から午後5時