令和8年度
大人の食育講座

その食事法、本当に必要？

健診結果から考える食生活



「血糖値が高いから糖質制限しようかな？」
「運動しているからプロテインを飲んでみる？」健康情報があふれる今、意外と知らない食生活の事実について、お話します。

日　時　令和8年 12月23日(水)18:00～19:30
(17:30～受付)

場　所　北沢区民会館(北沢タウンホール)
第1集会室
住所　世田谷区北沢2-8-18



講　師　医療法人社団　広田内科クリニック
副院長　廣田　尚紀　氏

対　象　区内在住・在勤の成人の方

申込方法　オンライン申請

定　員　先着40名(事前予約制・定員になり次第締め切り)

申込期間　令和8年11月15日(日)～12月18日(金)

問い合わせ先　世田谷保健所健康推進課　こころと体の健康担当
TEL　03-5432-2440　FAX03-5432-3102



世田谷区食育キャラクター
せたべる