

令和3年度 第5回 ISC教養講座

改善!!



コレステロール値を 下げる食事!



コレステロール値が気になる方に
特にオススメ!



(公財)北陸体力科学研究所
管理栄養士
公認スポーツ栄養士
中崎 衣美

自分のため、家族のために、
食生活を見直し、
コレステロール値を改善しよう!

1月11日(火) 12:10~12:40

場 所 いしかわ総合スポーツセンター マルチパーパス
参加費 無料
定 員 50名

※当日はマスク着用をお願いいたします。体調を整えてご参加ください。
※新型コロナウイルス感染状況により、開催日を変更する場合がありますので
ご了承ください。
※ご予約はトレーニングルームカウンターもしくはお電話にて、お申し
込みください。定員に達していなければ、当日参加もOKです!

TEL 076-268-2420

ISC教養講座とは?

県民の皆さまに対し、健康づく
りの意識を高めるための情報発
信の場とした公開講座です。
年6回開催、参加無料。

いしかわ総合スポーツセンター

〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北 222 ☎076(268)2222

【開館時間】9:00~22:00 【休館日】年末年始(12/29~1/3)

<http://www.ishikawa-spc.jp>

いしかわ総合スポーツセンター

検索

館内情報や
イベント情報
配信中!



メルマガ



Facebook



ISC.ISHIKAWA.
SPORTS.CENTER

Instagram

指定管理者 石川県体育協会グループ [(公財)石川県体育協会、(公財)北陸体力科学研究所、石川県ビルメンテナンス協同組合]