

令和8年度 横島町公民館6月開講講座

講座名	初回(開講日)	2回目以降	時 間	場 所	定員	回数	備考
1 毎日生まれ変わる細胞を より元気に♪ 老化スピードをゆるめるための 食事や栄養を学ぼう！  <b>アンチエイジング栄養学</b>	6月2日 (火)	毎月第1・3火曜日 (※8月は第1・4火曜日、 11月は第2・3火曜日)	午前10時～ 午前11時30分	第2会議室	10名	14回	参加費:無料 準備物: 筆記用具