

# ボランティア・ 市民交流研究集会

体が資本！  
きのこで菌活！

お申し込みは  
こちらから→



誰でも参加OK！入場無料・事前申込制

日時 **2024年2月23日** (金・祝) 受付開始9:30～  
10:00～12:00

ところ 須坂市生涯学習センター 3階ホール

第1部 講演会 10:00～

「きのこで菌活 健康講座♪」

講師 ホクト(株) 経営企画部 **中村 愛香** 氏  
(管理栄養士・公認スポーツ栄養士)



**HOKUTO**

第2部 情報交換・交流会

11:00～

コロナも落ち着きを見せ始めた今！「みなさんの活動はどうなっているのか」  
など小グループにわかれ、テーマを決めて情報交換トークタイム♪

福祉施設の  
出店もあるよ！

お申し込み・お問い合わせ

須坂市ボランティア連絡協議会 (須坂市社会福祉協議会内)  
電話026-214-2994/FAX026-246-0054