

**11/7(金) 安心安全なおやつ**  
講師 中医薬膳指導員・野菜ソムリエ



**11/12(水) 世代間ふれあい交流**



**11/20(木) 焼かない肌とビタミンDのための欲張りセミナー**  
講師 江崎グリコ株式会社 管理栄養士 福島さやか 氏



**11/29(土) 成長記録会**

