主催 駒沢女子大学健康栄養相談室　協力 駒沢学園総合教育センター

「禅と食」の講座 お楽しみ会

駒沢女子大学でひと味ちがう時間をすごしませんか



椅子坐禅 体験
照心館（不楼閣・茶室）見学
「禅と食事」「みんなの食育」講話
お土産付き

日 時：令和8年12月11日(金)
14:00～16:00

申込み期間
11月16日(月)
9時～

場　所：駒沢女子大学内 照心館（駐車場あり）
持ち物：飲み物
対　象：おおむね65才以上
定　員：15人（先着順）
参加費：無料（お土産付き）
申込み：フォーム→→→→→→

問合せ 駒沢女子大学 健康栄養相談室
042−350−7167
eiyou-care@komajo.ac.jp →→→→

認定栄養ケア・ステーション
駒沢女子大学　健康栄養相談室