

## 定例会 開催報告

### ★5月定例会★

1. 日 時 令和5年5月19日（金） 9：30～12：00
2. 場 所 加茂コミュニティーセンター 1階集会室
3. 参加者 8名
4. 会費 無料
5. 内容 9：30～10：30 講義・実技 「体の使い方講座」  
講師：健康運動指導士 木村寿佳子  
10：40～11：30 今年度の活動計画について  
栄養ワンダー2023について  
米粉料理レシピの検討