

手打ちうどん作り de フレイル予防



**2026年(令和8年)
2月17日(火)
午前9:30～午後1:00**

- ・場 所：ふくやまふれ愛ランド
- ・対 象：65歳以上
- ・定 員：30人（先着）
- ・参加費：ひとり800円 ※当日支払い
- ・申 込：2月1日（日）午前9:00～
- ・電話申込：084-952-1177
- ・持ち物：エプロン・マスク・頭巾(バンダナ)・屋内シューズ



【日 程】

9:00	受付
9:30～10:30	うどん作り
10:30～11:30	フレイル予防運動
11:30～12:30	うどん作り／試食
13:00	解散



【問合せ先】

〒720-0843 福山市赤坂町大字赤坂甲7545番地
福山市自然研修センター「ふくやまふれ愛ランド」
TEL 084-952-1177
fax 084-952-2320

主催：公益財団法人福山市スポーツ協会