

# 今週の例会情報



## ❖ 例会情報 ❖

5月24日（木）の卓話は、  
「元気な100歳を目指して！」です。

## ❖ 卓話者 ❖

五十嵐 弘子 様

## ◇お食事◇

- ・ プチサラダとプチコーンスープ
- ・ チキンのパイ包み ポルチーニソース
- ・ フルーツポンチ
- ・ パン2種
- ・ 食後のお飲み物

