

“食で元気” 健活キッチン



普段料理をされない男性、健康料理に興味のある女性の皆さん！

食生活サポーターが調理のお手伝いをします。一緒に健康活動としての調理実習をしませんか？ご参加お待ちしております。



日時 平成30年**8月30日(木)** **18時30分～**
(受付:**18時20分～**)

平成31年**2月28日(木)** **18時30分～**
(受付:**18時20分～**)

場所 健康管理センター（広尾町公園通南4-1）

対象 料理に興味のある方

内容 主食・主菜・副菜を基本とした
バランスのとれた料理の調理実習とミニ講話

参加費 500円

持ち物 エプロン・三角巾
(髪の毛が隠れるもの)

申込 ・**8月30日(木)分は**
8月23日(木)まで
・**2月28日(木)分は**
2月21日(木)まで

広尾町健康管理センター
(電話2-5122)

