

健康づくり栄養教室のご案内

食事は1日3回毎日繰り返されることなので、日々の食事が身体へ与える影響は大きく、健康な身体を維持するためにはバランスの良い食事が基本です。

毎日の食事を振り返る機会として参加してみませんか？

日時 ~ 令和5年6月30日（金）

7月25日（火）

10:00~13:00

持ち物 ~ エプロン・三角巾・手拭きタオル

場所 ~ 福祉の里総合センター
集会室・栄養実習室

内容 ~ 食事作り・昼食会

参加料 ~ 1回300円

対象者 ~ 19歳以上の村民

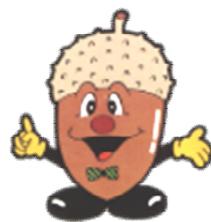
定員 ~ 6名

担当 ~ 村管理栄養士

※申し込み締め切りは実施日の1週間前

さらべつ健康ポイントラリー
対象事業です！！

(1回あたり1ポイント付与)



~お申し込み・お問い合わせ先~

保健福祉課 保健推進係

TEL 53-3000

FAX 53-2111

参加申込用紙

住所（行政区）	氏名	生年月日	参加日程に○を
			6/30 ・ 7/25
			6/30 ・ 7/25