



ヘルスマイトは
食生活を通じた健康
づくりを伝えるボラン
ティアです。

菟野町食育推進事業

ヘルスマイトによる 健康料理教室



菟野町在住なら
誰でも参加
OK!

対象 18歳以上の町内在住で
健康づくりや料理に興味のある方

ところ 保健福祉センターけやき2階 栄養実習室

申込期間・開催日時・テーマ



申込期間	開催日時	テーマ
9/16 (水) ~ 10/2 (金)	10 / 7 (水) 10:00~13:00	生涯骨太クッキング カルシウムをとろう!
11/18 (水) ~ 12/4 (金)	12 / 9 (水) 10:00~13:00	行事食を楽しむ クリスマス or お正月
R8/1/20 (水) ~ 2/5 (金)	R9/2/10 (水) 10:00~13:00	地産地消の 減塩料理

※定員20名先着順です。

※当日受付は9:45~。

当日、発熱など風邪症状のある方は参加をご遠慮ください、電話にて連絡をお願いします。

お申込み・問い合わせ

菟野町 健康福祉課 健康づくり係

TEL 059-391-1126

FAX 059-394-3423

月~金(祝日除く) 9:00~16:30



健康づくりをめざした
料理教室です。
健康づくりやお料理に興味のある方
ご参加をお待ちしております。

参加費用 実習費：1回 700円

持ち物 エプロン・三角巾・不織布マスク
手拭きタオル・筆記用具

