ヘルスメイトは
食生活を通した健康
づくりを伝えるボラン
ティアです。

菰野町食育推進事業

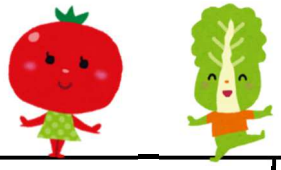
ヘルスメイトによる　健康料理教室

菰野町在住なら
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
R9/1/20（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

菰野町　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の
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

令和８年４月作成