

【講話とミニ調理実習つき】

＜栄養教室＞

カラダにいいこと始めませんか



5/30 **木** 10:00～11:45

- 対象：20歳以上
定員：15名 申込制(先着)
内容：講話(高血圧の基礎知識と減塩方法)と調理実習(2品程度)
食材費：200円/人
持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル、筆記用具
希望者は自宅のみそ汁の塩分測定可
場所：男女共同参画推進センター
いこりあ 実習室

申込期間：5/8(水)～5/28(火)まで

お申し込み・お問い合わせ

茅ヶ崎市健康増進課
TEL 0467-38-3331
[平日8:30～17:00]

市HPの
申込フォームからも
受付中です⇒

