

いきいき栄養教室 (料理教室)

開催のお知らせ

宇多津町民なら
誰でも参加 OK!

今年度もヘルスメイト(ボランティア)による料理教室を開催します。若い世代の方からご高齢の方までどなたでも大歓迎です♪食について楽しく、美味しく学びませんか？

開催日	時間	内容
10月2日(木)	9:30~13:00 (受付9:15~)	生涯骨太クッキング
12月4日(木)		低栄養予防レシピ

- 場 所 : 宇多津町保健センター2階 和室・調理実習室
- 持ち物 : エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
- 参加費 : 500円/回
- 予 約 : 1週間前までに保健センター(0877-49-8008)へ電話



昨年度は香川の特産品を使った料理やフレイル予防料理を作りました。今年度のレシピもお楽しみに♪

【予約・お問い合わせ先】宇多津町食生活改善推進協議会事務局(保健センター内)

☎ 0877-49-8008 (平日9時~17時)