

ヘルスマイト通信

～料理教室のご案内～



健康寿命を延ばすには、毎日の食事を見直すのが一番の近道です。

何をどのように食べていけばよいか、みんなで一緒に考えながら

楽しくお料理しませんか？

みなさんのお申し込みをお待ちしています。



開催日	場所
6月11日（月）	町民健康センター
6月12日（火）	四箇地区公民館
6月13日（水）	白方地区公民館
6月15日（金）	豊原農村婦人の家

《時間》 9：30 ～ 12：30

《参加費》 一人200円

《準備物》 エプロン・三角巾・手拭タオル・筆記用具

《申込先》 多度津町保健センター （0877）32-8500

《申込締切》 6月4日（月）

※各教室とも、定員30名になり次第、締め切ります。

内容は、「元気で長生きのキメテ
筋肉を支える食事」です。
みなさまのご参加をお待ちしております！

