

男性又は夫婦限定

回覧

令和元年10月 1日

秋の味覚で!

満
ぶく
くめし

食べる事は生活の基本。

自分の為、家族の為、料理を覚えて健康的な毎日を送りませんか?町では男性の健康を考えた、男性の為の料理教室を開催します。

健康相談や健康情報についても提供しますので是非ご参加ください。

令和元年10月21日(月)

午前9時30分~12時【受付】午前9時~

東北町の男から短命県返上!

男の料理教室プログラム

①健康相談・血圧測定

町保健師

②調理実習

「野菜たっぷり!

秋の味覚で満ぶく男めし」

町栄養士

③会食

④健康ミニ講座

「いつでもはつらつ食生活」

町栄養士

⑥終了

- 場所
- 参加費
- 対象
- お持ち頂く物
- 参加締切り
- 申込・問合せ先

上北保健福祉センター

無料

60歳以上の男性又はご夫婦

エプロン・三角巾

10月15日(火)

上北保健福祉センター TEL 0176-56-2933

主催 東北町保健衛生課

