

おいしく作ってずっと元気

栄養満点クッキング



いつまでも健康で元気に過ごすために、
おいしく楽しく一緒に学びましょう！

日時 令和7年12月4日（木）

10時～14時

場所 黒磯保健センター（那須塩原市黒磯幸町8番10号）

対象 市民（★65歳以上により適した内容です）

定員 15人

内容 講話：食事と口腔体操

調理：厚揚げのパスタソース炒め、

カラフルお豆のポテトサラダ 等

持物 参加費400円、エプロン、三角巾、筆記用具

申込 下記事務局

締切 11月25日（火）

【市食生活改善推進員協議会事務局】

那須塩原市健康増進課

TEL 0287-63-1100

FAX 0287-63-1284

（講座名、氏名、住所、電話番号を御記入ください）

メール

kenkouzoushin@city.nasusushiobara.tochigi.jp

私たち、地域の
「食生活改善推進員」
が担当します

