



美味しい！楽しい！

HAPPY COOKING!



# 食生活改善教室

ご自身の食生活に、満足していますか？

今より健康になりたい！塩分が気になる！料理が苦手...どんな方でも大歓迎です。  
教室は、町内会単位で行います。町内会でのイベントとしても、ぜひご活用ください。

日  
時

**ご希望日をお知らせください**  
時間は10時～13時の予定

場  
所

清水町保健福祉センター  
2階栄養研修室  
☆この他にもご相談ください

## MENU からだが喜ぶ！お野菜たっぷりごはん

- 対象** 町内会単位で行います
- 参加費** 200円
- 持ち物** エプロン、三角巾、筆記用具
- 内容** 講話、調理実習、試食
- お申し込み** お電話またはホームページから



講師/ 清水町パセリの会  
町管理栄養士

詳細・お申し込みは  
**お電話**から

清水町役場 保健福祉課  
健康推進係 管理栄養士

☎ 電話番号

67-7320