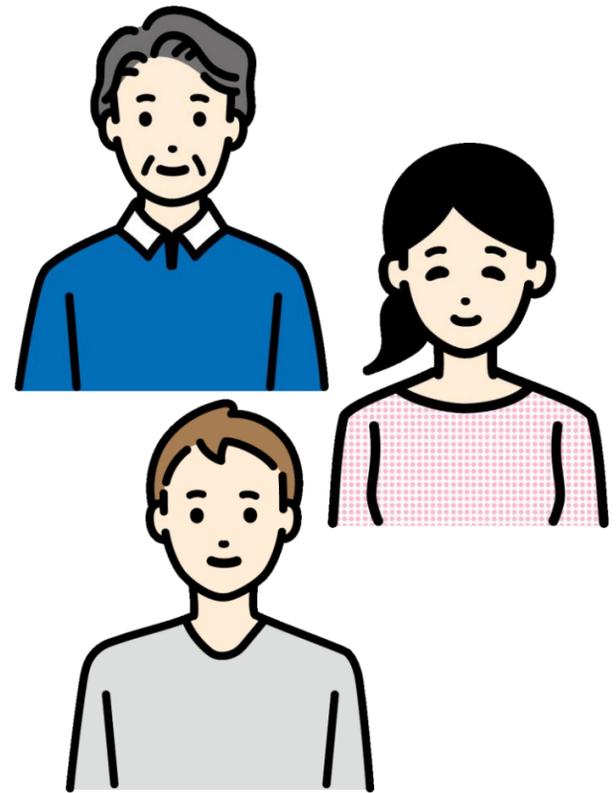


ランチ付き※調理実習はありません

生活習慣病 予防食事講座



ご自身や大切な人のために
今でできること

- ✓ 健康診断を受け、検査値が少し引っかかるようになった。
- ✓ 20歳の時より体重が増えている。
- ✓ ウエスト回りが太くなった。

上記のことに当てはまる方は、自覚症状がなくても血管内に変化が起こっている可能性があります。

健康診断の結果の数値が気になる方や改善に向けて取り組みをされている方、そのご家族、まだまだ関係ないと思っていらっしゃる方も是非ご参加ください。おせっかいな管理栄養士がお待ちしております！

時間 10時30分～正午

場所 保健センター2階研修室等(変更の可能性あり)

対象 町内在住の方

定員 12名(先着順)

費用 400円(材料費)

※講座の内容は毎回同じです



教室の様子はこちら

日程

7月	8日	(火)
9月	10日	(水)
10月	8日	(水)
11月	7日	(金) ★
12月	4日	(木) ★
1月	20日	(火)

★は託見付きです

問い合わせ・申し込み先

スポーツ健康課 0463(61)4100 内線319