

30年度 男の健康料理教室 ご案内

30年度の登録会員さんを 募集しています

元気に いきいき 暮らすために 食生活を 改善しましょう
和気あいあいと 楽しいひとときを過ごしませんか

年齢は問いません 健康料理に関心のある方 ご参加ください

開催日

30年5月26日(土) 第4土曜日
30年7月28日(土) 第4土曜日
30年9月22日(土) 第4土曜日
30年11月24日(土) 第4土曜日
31年1月26日(土) 第4土曜日
31年3月23日(土) 第4土曜日



時間

毎回9時30分～受付
10時～12時30分(みんなで調理 食事会 後片付けまで)

内容

- ・成人病予防料理
- ・探れ探れ野菜かんたん料理
- ・皆さんの希望料理も取り入れます

場所

いがまち保健福祉センター 調理室 伊賀市愛田513

会費

毎回 500円

申込方法

下記まで電話にて 住所 氏名 連絡先等お知らせください

健康福祉部会長 柘植美智代 090-2775-7974
健康福祉部 齋藤 秀子 090-4407-1273
柘植地域まちづくり協議会(平日9時～5時) 45-8880

申込期日

5月21日(月)まで

その他

年間を通しての申し込みと致します
都合の悪い日は連絡してください

協力いただきます ます方々

柘植地域まちづくり協議会 健康福祉部会女性
柘植地域まちづくり協議会 女性活動部会

主催

柘植地域まちづくり協議会 健康福祉部会

お問い合わせ先

健康福祉部会長 柘植美智代 (090-2775-7974)
〃 副部会長 齋藤 秀子 (090-4407-1273)
柘植地域まちづくり協議会事務局(平日9時～5時:45-8880)