



栄養士さんが考えた 健康によいレシピで料理教室

入山辺地区の食生活改善推進員さんに教わりながら
健康寿命を考えた料理を一緒に作って、試食しませんか？

- 1 日時 6月18日(火) 10:30~13:00
- 2 場所 入山辺公民館 調理室
- 3 対象者 入山辺住民の方 先着12名
- 4 参加費 無料
- 5 持ち物 エプロン、三角巾、布巾、タッパー(必要な方)



食生活改善推進員さんは・・・

子どもから高齢者まで、健全な食生活を実践することのできる食育活動にとりくみ、食文化の継承や健康づくり活動を進めています。

**入山辺線バスを
ご利用ください**

《入山辺線南ルート(火曜日)》



行き：大仏公民館 10:00 発⇒出張所前着 10:13

帰り：出張所前発 13:27 発⇒大仏公民館着 13:40 着

★お申込み・お問い合わせ★

入山辺地区地域づくりセンター

地区生活支援員 かごた 籠田まで

070-8802-5409

ちょっとしたお困りごとや、悩まれているようなお話があれば、いつも出張所にいますので、お気軽にご相談ください。晴れた日は「ぶらカゴタ」で区内を歩き、皆さんにお声がけしています。また、公民館等を使用しての活動の伴走支援もしていきますので、一緒に参加させていただけたらと思います。