

働き世代のための料理教室



毎日の仕事や子育てを頑張るあなた
ご自身の健康を後回しにしていますか？
これからの暮らしを支える健やかな身体へ。
ぜひ「じぶんのからだ」と向き合う時間を！
食べる事は明日を作る土台です。



～日本食生活協会によるヘルスサポーター養成講座を通して学びます～

日 時 : 令和 8 年 1 0 月 3 1 日 (土)

午前 10 : 00 ~ 12 : 30

場 所 : 昭和町総合会館 1 階調理室

対 象 : 30 ~ 60 代の働き世代

定 員 : 25 名

持ち物 : エプロン、三角巾、マスク、お手拭きタオル

MENU

・焼肉サラダ ・ひじきとベーコンの洋風炒め煮
・大根とニラのとろみスープ ・チョコ寒天



【申し込み・お問い合わせ】 10/20 (火) 締め切り

昭和町役場 企画財政課 (平日 8 : 30 ~ 17 : 00)

☎ 0 5 5 - 2 7 5 - 8 1 5 4