

令和6年度

栄養教室のご案内



健康づくりのための食生活の改善と、仲間づくりを目的に栄養教室を開催します！
ぜひこの機会に、食生活や運動の面から健康づくりに対する知識を深め、
仲間と一緒に楽しく調理実習をしませんか♪

日時：6月から翌年2月まで
毎月1回、計9回開催(概ね水曜日)
9:30~13:00

※会場や講師の都合により、曜日・時間が変更になる場合があります。

場所：山手公民館

内容：講話・実技と調理実習

定員：20人

※これまで本教室を修了したことがない方が対象

参加費：材料代(1回500円)と
テキスト代(1,250円)などが必要

初回は
6月12日(水)



7回以上受講された方には
市長名の修了証書が
交付されます！

申し込み期限
4月22日(月)

みなさまのご参加を
心よりお待ちしております！！



申し込み・問い合わせ先

総社市役所健康医療課 健康増進係
(TEL 92-8259)

