

令和4年度

～毎日の食事でさらに健康に…参加してみませんか～

「はっぴい健康クッキング」のご案内

内面から健康的になれるような食事のバランスについてのお話をします。

なお、レシピの話や調理実習は地区の食生活改善推進員が担当します。

★テーマ★「免疫力アップで毎日元気！」

★お申し込み★各教室とも開催日の1ヶ月前から1週間前までに電話で申し込み

管理栄養士・栄養士の講話と調理実習

定員：各開催地区による

時間：午前10時から正午まで

用意するもの：筆記用具、マスク、エプロン、三角巾またはバンダナ等、ハンドタオル

	日程		会場	所在地	地区
1	6月 14日	火	桂萱市民サービスセンター	上泉町 141-3	桂萱
2	6月 15日	水	総社市民サービスセンター	総社町総社 1583 番地 2	総社
3	6月 23日	木	中央公民館（元気プラザ21）	本町 2-12-1	中部
4	6月 29日	水	前橋市保健センター	朝日町 3-36-17	城東
5	6月 30日	木	南橋市民サービスセンター	日輪寺町 158	南橋
6	7月 5日	火	第3コミュニティセンター	岩神町 3-1-1	岩神
7	7月 14日	木	前橋市保健センター	朝日町 3-36-17	南部
8	7月 21日	木	前橋市保健センター	朝日町 3-36-17	若宮
9	8月 2日	火	第3コミュニティセンター	岩神町 3-1-1	敷島
10	9月 6日	火	東市民サービスセンター	箱田町 543-1	東
11	10月 3日	月	第5コミュニティセンター	文京町 3-20-36	文京
12	10月 4日	火	宮城公民館	鼻毛石町 1711-8	宮城
13	10月 12日	水	下川淵市民サービスセンター	鶴光路町 701	下川淵
14	10月 13日	木	永明市民サービスセンター	上大島町 930 番地	永明

管理栄養士・栄養士の講話とレシピのポイント

定員：各開催地区による

時間：午前10時から11時半まで

用意するもの：筆記用具、マスク

	日程		会場	所在地	地区
1	6月 2日	木	芳賀市民サービスセンター	鳥取町 817	芳賀
2	6月 10日	金	元総社市民サービスセンター	元総社町 3-1-1	元総社
3	6月 22日	水	城南支所	二之宮町 1320	城南
4	9月 13日	火	粕川公民館	粕川町西田面 194-4	粕川
5	9月 14日	水	富士見公民館	富士見町田島 866-1	富士見
6	10月 6日	木	清里市民サービスセンター	青梨子町 339	清里

※感染症予防対策のため託児はありません。お子さんと一緒に参加してください。

詳しくはお問い合わせください。

申し込み問い合わせは 前橋市健康増進課 TEL 220-5783

前橋市・前橋市食生活改善推進員協議会