



食生活改善推進員による
生活習慣病予防の

健康料理教室

「食事バランスガイドを使って簡単にバランスをとろう」

日 時・令和7年10月25日(土)
10:00～13:00

参加費・300円(当日)

持ち物・エプロン・三角巾・マスク・筆記用具

対 象・赤塚地区住民

募集人数・15名(定員になり次第締め切ります)

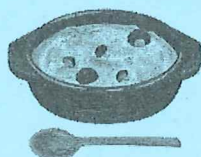
申込先・赤塚市民センター ☎029-252-4090

メニュー

☆ 和風ドリア

☆ 具がたっぷりスープ

☆ わらび餅



皆様のご参加
をお待ちして
おります!!



※当日体調の悪い方は参加をご遠慮ください。

※手指の消毒、マスクの着用のご協力をお願い致します。

主催・食生活改善推進員赤塚支部