

緑黄色野菜

- ☆ 緑黄色野菜は生活習慣病をも予防・改善する栄養素を豊富に含んでいます。
- ☆ 必要な量を効率よくとって健康と若さを保ちましょう。

1 日時 2024年2月11日（日） 午前10時 ～ 午後12時

2 場所 中加積地区公民館 大研修室・実習室

3 講師 滑川市民健康センター 管理栄養士 渡辺 さや香 氏

4 持参するもの エプロン・三角巾（バンダナ）・タオル・マスク

5 参加費 無料

6 参加資格 高校生以上の方

7 募集人数 先着12名

※ 定員人数になり次第、締め切らせていただきます。

※ 定員人数により参加できなかった場合のみご連絡いたします。

8 申込書締切日 2024年1月31日（水）

※ 申込書は中加積地区公民館の郵便受けに各自、入れてください。



主催 中加積地区健康づくり推進委員会 共催 中加積地区ヘルスボランティア協議会
中加積地区公民館

〈問い合わせ〉 中加積地区公民館 事務局 TEL 4 7 5 - 2 1 7 8（火・木・金・土）

〈切り取り線〉

すこやか食育教室 参加申込書

2024年1月31日（水）締切り



お名前

町内名

連絡先

※参加申込書は、締切日までに中加積地区公民館の郵便受けに各自入れてください。