

減 塩

管理栄養士による！

バランス食教室

減塩バランス食について

「聞いて・作って・食べて」

考えてみませんか？

(減塩バランス食の調理実習と試食、管理栄養士による講話と健康相談)

参加費無料！

令和8年 **【日時】**

2/14 AM10:00
(土) PM 1:00



【対象者】

18歳～74歳の市民

定員 20人

(※定員を超えた場合は抽選)

【場所】

ガレリアかめおか
料理実習室

【持ち物】

*エプロン *三角巾
*タオル *マスク
(手拭き用)



こちら



【申込方法】

◆ 電話: 25-5004

(亀岡市役所 健康増進課)

◆ Web 申し込みフォームは
こちら



申込締切日 令和8年1月30日(金)