

すこやかだより

すこやか栄養教室のお知らせ

早いもので、お正月が過ぎて1カ月。そこまで春が…と思いきや、寒さ厳しい日々が続いております。皆様、お変わりありませんか？また先日の学習会には、多数ご参加いただきありがとうございました。

さて今回は皆さんに毎回ご好評いただいている、すこやか栄養教室のご案内です。“あったかメニューで免疫力を高めよう”をテーマに、下記の日程で計画しました。免疫力を高め、インフルエンザをものともせず、元気にこの冬を乗り切るためのお料理を楽しく作りましょう。仲間づくり、絆づくりが強化されますよう、ご参加をお待ちしております。



記

日 時：平成25年2月27日(水) 9時00分～13時00分

場 所：日出町保健福祉センター 栄養実習室

テ ー マ：あったかメニューで免疫力を高めよう

献 立：魚のソテー・みかんソースかけ・野菜のナムル・ご飯・カレー・デザート(予定)

費 用：300円(当日徴収)

持ってくる物：エプロン、三角巾、タオル

申込み締切：2月15日(金)までに各区健康づくり推進員さんへご連絡ください



藤原地区健康づくり推進員名簿

東 部	河 野 文 宏		一 北	定 平 壽 一	
	河 野 澄 子			村 田 吉 啓	
南 部	奥 野 初 子		赤 松	廣 岡 眞 理 子	
	糸 長 好 美			瀧 上 ト シ 子	
	細 川 礼 三		自然郷		
	廣 井 須 巳 子				
西 部	笠 置 和 比 古				
	吉 高 美 奈 子				
中 部	間 部 涼 子				
	太 田 恵 美 子				

みんなと楽しく
健康づくり！

