

# おいしく食べよう栄養教室

管理栄養士による、バランスのよい食事についての講話、簡単に栄養満点な食事づくり（調理実習）を行います。

※年間12回。日程は変更となる場合がありますのでご了承ください。

10時～12時30分

令和7年4月30日（水）	10月9日（木）
5月29日（木）	11月13日（木）
6月23日（月）	12月23日（火）
7月15日（火）	令和8年1月19日（月）
8月18日（月）	2月3日（火）
9月16日（火）	3月25日（水）

※申し込み後キャンセルする場合は材料発注の関係上、ご連絡をお願いします。

- 【持ち物】 エプロン・三角巾・上履き・ふきん3枚・マスク  
【会場】 八潮市立保健センター 栄養指導室（八潮市中央1-2-1）  
【費用】 500円（食材料費）  
【定員】 各20人  
【申込み・問合せ】

長寿介護課 介護支援係  
電話 048(996)2836

