

無料
申込不要

ヘルシー 和カフェオープン



***味噌汁を飲みながら
食事について学べるカフェタイムをすごしませんか?***

●日時

平成29年2月14日(火)

- ① 10:20～ 高血圧予防の食事
- ② 11:30～ ロコモティブシンドローム予防の食事
- ③ 13:00～ メタボ予防の食事

★受付30分前から

★各回40分

●内容

講話とレシピ紹介

●場所

城南保健所 保健指導室

定員はないから、どれでも好きな
テーマに気軽に参加してね♪



和カフェメニュー

- * 旬の野菜レシピ
- * カルシウムたっぷりのレシピ
- * 塩分控えめのレシピ

テーマごとに適塩みそ汁と
1品試食できます。

試食は各回
先着30食!



※昨年の料理写真

▼お問い合わせ

城南区保健福祉センター健康課

電話 831-4261 FAX 822-5844