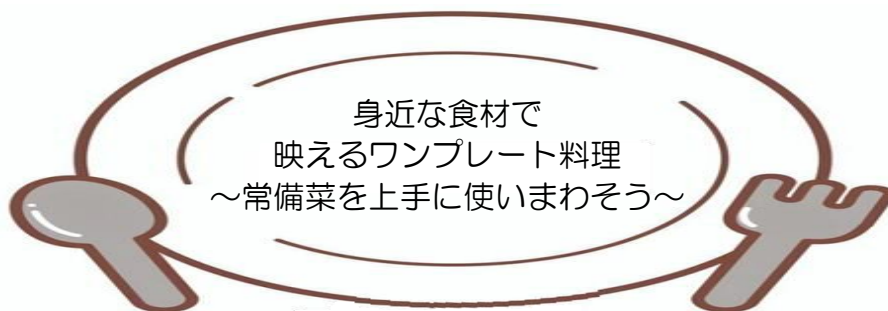


令和8年度 食生活改善サポーターによる講習会のお知らせ



メニュー



- なすと鶏肉のさっぱり和風あえ
- 油あげまきまき
- 三種のきのこのナムル
- 蓮根の柚子胡椒サラダ
- レモンヨーグルトゼリー



メニューの一例

私たちは「食」と「健康」について学び、
皆様の健康づくりのお手伝いをしています



日時、会場、募集人数

月日		時間	会場	対象	定員
2026/10/21	(水)	10時～13時 受付開始 9時30分～	中央保健 福祉センター	18歳～74歳の 松戸市民	各回20名
2026/10/29	(木)				



持ち物

- エプロン
- 三角巾
- ふきん2枚
- 手拭きタオル
- 筆記用具
- マスク

参加費

400円

(釣銭がないように
ご協力お願いいたします)



お問い合わせ先

• 松戸市健康推進課
地域保健班
☎047-366-7481



申し込み

10/1(木)9時より

- ご都合の良い日を選んで、1週間前までに
松戸市オンライン申請システムにて
お申込み下さい。
※定員になり次第、締め切りになります。

