

MORIO-JカードかMORIO Payアプリをお持ちの参加者にはポイントプレゼント！

参加費
無料



お仕事終わりに
「ほっ」と一息

美味しい料理でカラダを整える！

すてきなキッチン

栄養教室

ヘルシーダイナ
コース

日時 9月5日(金)19時~20時 (受付18時45分)

会場 盛岡市保健所 (神明町3-29)

対象 概ね18歳以上64歳以下の盛岡市民の方

持ち物 筆記用具、飲み物

20名
限定

仕事やプライベートで忙しい毎日を過ごす中で、健康的な食事を摂る時間を作るのは一苦労という方も多いのではないのでしょうか。この教室では、管理栄養士監修のカラダを労わるヘルシーな食事を食べながら、保健師と管理栄養士が糖尿病をはじめとした生活習慣病予防のポイントをわかりやすくお伝えします！仕事終わりにぜひ、参加してみませんか？

申し込み

令和7年 7月17日(木) 10時より電話&ネット受付開始

受付期間内であっても定員になり次第締め切ります。

※) 本教室はより多くの方に参加いただくために、令和7年度内の「すてきなキッチン」栄養教室への参加はおひとり様1回のみとなります。

申し込み・問い合わせ先

盛岡市保健所 健康増進課 019-603-8306

〒020-0884 盛岡市神明町3-29

※ 電話でのお問い合わせは、平日の9時~17時にお願いいたします。

詳細&ネット申し込みはこちら→

