

参加費
無料



忙しい毎日に
ちょっと一息

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

ヘルシーランチ

コース

限定

20名

日時

1月30日(金) 12時～13時
(受付11時45分)

会場

高松地区保健センター (上田毛無森2-11)

対象

概ね18歳以上64歳以下の盛岡市民の方
(託児はございません。お子様の参加はご遠慮ください。)

持ち物

筆記用具、飲み物



当日のメニュー

野菜ジュースdeポークハヤシライス
豆苗のゆかいソース&トマトマリネ

申し込み

令和7年 **12月18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→

