

明日のために
楽しく学んで美味しくヘルシーに！



すてきなキッチン

栄養教室

おひとり様1会場限定！(※)

血圧が高めな人もそうでない人も、将来の自分や大切な人のために、できることから血圧コントロールをはじめてみませんか？保健師と管理栄養士がポイントをわかりやすくお伝えします！

都南公民館会場

9月4日(金)

11時00分~12時00分(受付10時45分)

定員 40人

対象 概ね20歳以上の盛岡市民

持ち物 筆記用具、飲み物



盛岡市保健所会場

9月8日(火)

11時00分~12時00分(受付10時45分)

定員 30人

対象 概ね20歳以上の盛岡市民

持ち物 筆記用具、飲み物



※) 本教室はより多くの方に参加いただくために、令和8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

令和8年 **8月4日(火) 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。



申し込み・問い合わせ先

盛岡市保健所 健康増進課 019-603-8306

詳細はこちら→

〒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時をお願いいたします。



すてきなキッチン栄養教室

