

「楽しく学ぶ健康アップ」講座

健康の基本は「食」にあり

受付開始 4月21日（月）9：00～

6/19（木） 13:00～15:00

場所 枝光南市民センター
多目的ホール

募集定員 30名

チーズを知り チーズに親しむ

チーズの歴史、栄養、乳酸菌の働きなどについて学習

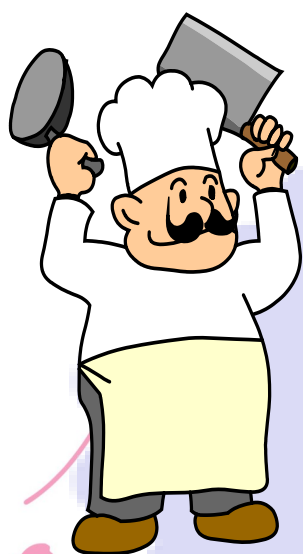
講師 株式会社 明治 西日本支社ダルクフルーショナル課



6/26（木） 7/3（木） 10:00～12:00

メンズキッチン教室

昨年に引き続き晩酌料理にチャレンジ



場所 枝光南市民センター
調理室

募集定員 各回 16名

参加費 各回 1,000円

講師 枝光南食生活改善推進員の会 大井川 純子

担当: 永 富