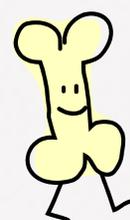


令和6年度 いきいき健康クッキング



めざせ骨美人！

～骨密度アップの食生活とは

メニューが毎日
マンネリ気味…

カルシウムを手軽にとれ
るメニューを知りたい

今からでも骨密度
をキープしたい

日 時： 令和6年8月21日(水)
午前9時30分～12時30分

会 場： 加須保健センター 栄養指導室
(加須市諏訪1-3-6)

定 員： 16名(定員になり次第締め切ります)

内 容： 骨粗しょう症予防のお話とかんたんな
クッキング、試食

参加費： 300円

持ち物： 筆記用具、健康手帳(お持ちの方)、
エプロン、三角巾、飲み物



申込み・問合せ

加須市いきいき健康医療課(加須保健センター内)

TEL 0480-62-1311