

令和5年度 いきいき健康クッキング

はじめての

料理初心者・男性歓迎！

自分や身近な人の
健康のために

料理を始めてみませんか？

気軽に始めるクッキング

日程	時間	会場	テーマ	定員
10月13日(金)	9:30~ 12:30	加須保 健セン ター	血糖コントロール力を 手に入れよう	18 名
11月22日(水)			高血圧予防でいつまでも しなやかな血管を	

内 容:各テーマに添った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(水分補給用)



申し込み・問合せ

加須市いきいき健康長寿課(加須保健センター内)

電話:0480-62-1311