

組合回覧

参加者募集

高血圧予防の 料理教室

Let's cook!

定員 16名

テーマ　からだに優しく、美味しく減塩

11月17日（火）10:00-13:00

場所　龍江公民館 料理教室
参加費　無料
持ち物　エプロン、三角巾、マスク
主催　健康福祉委員会



参加を希望される方は11/6(金)までに下記までお申し込み下さい。

〈当日の流れ〉
10：00～高血圧のしくみ／減塩について（お話）
10：30～調理開始（美味しい減塩定食）
12：00～実食・片付け
13：00　解散

お申し込み・お問い合わせは
龍江自治振興センター
27-3004