

回 覧																			

保健委員会だより



木太町
広げよう、安全安心、地域の輪
2012年 5月 15日
木太地区保健委員会

男性の料理講習会 (木太地区食生活改善推進協議会)

簡単メニューでヘルシーライフ
講習会に参加して一緒に作ってみませんか？

★日 時 6月2日(土) 午前10時～午後1時

★場 所 木太コミュニティセンター (調理室)

★内 容 調理実習と試食

★定 員 20名 (先着順)

★費 用 400円 (当日集めます。)

★参加される方はエプロンを持ってきてください。

★申込方法 5月25日(金)までに木太コミュニティセンター(☎834-5547)へお申し込みください。
(土・日・祝日は除く 8:30～17:00の間)

メニュー

- ・イワシと豆腐のハンバーグみぞれソース
- ・さやえんどうのごまだれ和え
- ・根菜のみそ豆乳スープ
- ・ヘルシーようかん



木太いきいき教室

～ゆっくり・楽しく・無理をせず
みんなで一緒に介護予防に取り組みましょう！～

★日 程：平成24年6月から平成25年5月までの第4水曜日 全12回

〔 6/27, 7/25, 8/22, 9/26, 10/24, 11/28,
12/26, 1/23, 2/27, 3/27, 4/24, 5/22 〕

※年度途中からの参加も歓迎します。

午後1時30分～3時 (受付時間 午後1時～1時30分)

★場 所：木太北部コミュニティセンター

★費 用：年額2000円と保険料

★対 象：65歳以上の方

★定 員：30名程度

★内 容：介護予防のための体操とお話

★申し込み・問合せ先 木太北部コミュニティセンター (☎831-9000) または
古高松保健ステーション(木太地区担当保健師) (☎841-7681)



* みんなの健康 家族の笑顔 *

