

参加者
募集

生活習慣病予防料理教室

令和6年1月30日(火)

10:00~13:00

岩沼市保健センター

テーマ：意外と身近!?脂質異常症予防

「脂質異常症」は聞きなれない言葉かもしれませんが、生活習慣病のひとつとして多くの日本人がかかっている身近な病気です。かかっている人の多くは自覚症状がありません。対策せずに放置しておくとうつ病や脳卒中など生命を脅かす病気を引き起こしてしまう恐れがあります。脂質異常症の予防や改善のための食事について学んでみませんか。

定員：24名(先着順)

内容：健康講話・調理実習・試食

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具・

米0.5合・参加費(300円)

申込：1月5日(金)~1月19日(金)まで
電話またはメールにて。

電話：23-0410

Mail：kokuho@city.iwanuma.miyagi.jp

メールの方は件名に「生活習慣病
予防料理教室」、本文に①氏名②
住所③電話番号をご記入ください。

