

健康講座参加者募集

「ご自分の健康づくりの一環として、食事や生活習慣について楽しく学んでみませんか。」

実施日・内容

① 8月8日(水)
午前9時30分～午後1時

・開講式

・調理実習「夏バテ予防」

② 9月6日(木)

午前10時～午後1時

・調理実習「米粉の活用」

③ 10月2日(火)

午後1時～4時30分

・ウォーキング(コース…芝山町)

④ 11月1日(木)

午前10時～午後1時

・調理実習「乳製品の活用」

⑤ 12月6日(木)

午前10時～午後1時30分

・調理実習「高齢期の食事」

・閉講式

対象 町内在住の方

ところ 健康づくりセンター

「プラム」

持ち物 第3回以外、エプロンと三角巾を持参

参加費 無料

定員 25人

申込期限 第1回講座は、7月25日(水)までにお申込

ください。

※4回以上出席された方には、修了証書が授与されます。

※1回のみ参加も可

す。



▲平成23年度実施風景

◆申込・問い合わせ

健康管理課健康管理班

☎(82)3400

かほ子・のび子・元気な子

料理コンクール 作品募集!

★テーマ★

健康がみかみ弁当



とき

11月11日(日)

ところ

千葉県口腔保健センター

内容

1人500円前後で千葉

県の農水産物を利用し、手軽

に作れる弁当

応募資格

県内に在住・在勤・在学

されている方で、コンクール

当日参加が可能な方

応募締切

9月11日(火)

申込方法

応募票に2人分のお弁当

の献立を記入し、自分で作っ

たお弁当の写真を添え、返信

用封筒(宛先を記入)を同封

のうえ郵送してください。

なお、応募票はFAXで申

込むか、ホームページからプ

リントアウトしてください。

◆申込・問い合わせ

〒261-0002

千葉市美浜区新港32-17

千葉県口腔保健センター内

(一般社団法人)千葉県歯

科衛生士会

☎043(241)9903

※FAX共通

ホームページ

<http://www.chiba-dha.net>

掲載写真募集!!

広報よこしばひかりにお子さんの写真を掲載しませんか。

対象 町内在住の小学校入学前のお子さん

掲載方法 毎月1人 ※申込順

申込方法 総務課秘書広報班へお申込ください。

※電話申込可

◆申込・問い合わせ 総務課秘書広報班 ☎84-1211

すくすく
ぎゅらりー