

栄養教室のご案内

きょうからでも実践できる！
暮らしの中で役立つ栄養情報を提供します！

5/25
(木)

腸活チャレンジで
超キレイ！

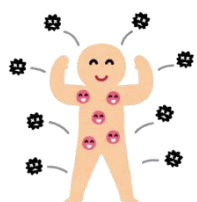


キレイづくりは野菜から！
旬の野菜の食べ方

7/27
(木)

9/21
(木)

食欲の秋をのりきる食べ方
教えます！



かぜ予防
～ 乳酸菌で免疫力UP！～

1/24
(水)

予約制です！ 料金は100円（試食代）！
時間帯はいずれも 13：15～14：30

対象：20歳以上の苫小牧市民の方
定員：20名
場所：苫小牧市保健センター1階

🌸 🌸 お申込み・お問い合わせ 🌸 🌸

一般財団法人苫小牧保健センター（苫小牧市旭町2丁目9番7号）
電話：(0144) 35-2800
受付時間：8：30～16：30（土日・祝日は除く）