

熊本市食生活改善推進員による

料理教室

第4木曜日

10:00~12:00

介護予防・生活習慣病予防のための
講話と調理実習（減塩メニュー）

『バランスの良い食事で
健康寿命を伸ばしましょう!!』



熊本市東部在宅・東老人福祉センター