

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!!』



熊本市東部在宅福祉センター 096-367-8597