

令和4年度

大山地区
健康づくり教室

男性のための料理教室

～簡単！美味しい♪おかずを自分で作ってみよう



令和5年 **1** 月 **17** 日 **火**

午前10時～午後12時30分（受付：9時30分～）

■ 会場：大山コミセン調理室、和室

内容

【情報提供】大山地区の健康情報（10:00～10:30）

【調理実習】（10:30～12:30）

メニュー ①焼きギョウザ ②みそおでん ③わかめごはん

調理したものは持ち帰りになります

講師：大山地区食生活改善推進員会、健康課地区担当保健師

新型コロナウイルス感染防止対策について

○過去1週間以内に発熱やのどの痛み、咳などの風邪症状があった場合や、新型コロナウイルス感染症陽性者やその疑いがある方（同居家族や職場内、身近な知人）と接触がある方は、参加を控えてくださるようお願いいたします。

○参加当日は、不織布マスクの着用と会場に準備したアルコール消毒液による手指消毒をお願いいたします。会場で体調確認を行います。

○新型コロナウイルス感染拡大の状況により、急遽中止となる場合がありますのでご承知おください。

■ 持ち物：参加費（300円当日集金します。当日キャンセルの方は、参加費集金します）

エプロン、三角巾、手拭きタオル、眼鏡や筆記用具、料理持ち帰り袋

申込み先

井上
小林



33-2652（10時～12時）

33-0564（18時～20時）

申込締切 1月10日（火）12時まで

先着15名程度

主催：大山地区食生活改善推進員会、鶴岡市健康課