

令和6年度

栄養教室



ヘルシー編

10/12(土)

ビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富でグルテンフリーなそば粉を使った料理を紹介します



～グルテンフリーな
そば粉を使った
レシピ～

講師 県民健康センター 管理栄養士

申込開始 9/5(木)～ 申込〆切 10/10(木)

12/14(土) ～我慢しないクリスマス

楽しいクリスマスを迎えるため、「豪華に見えるヘルシーなレシピ」や「砂糖控えめのスイーツ」を作ります

ヘルシーメニュー～

講師 県民健康センター 管理栄養士

申込開始 10/11(金)～ 申込〆切 12/12(木)



- ◇場所 県民健康センター 2F栄養教室
- ◇時間 13:30～15:30(受付13:00～)
- ◇定員 各回 15名(要予約・先着順)
- ◇費用 1,200円
- ◇持ち物 エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具、飲料水、持ち帰り容器



お問い合わせ

福井市真栗町47-48
(公財)福井県健康管理協会
県民健康センター

TEL 0776-98-8000

