

中井町健康ポイント対象事業

令和8年度 未病センターなかい健康講座

おいしく食べて健康づくり講習会 (減塩編)

減塩などに役立つ栄養と食に関する講習会です
ミニ減塩体験もあり

日常の食事をちょっと工夫して減塩に繋がるポイントを学びませんか
男性参加・1人参加・夫婦参加・友達と参加大歓迎！！

- 日 時 **令和8年9月11日(金)**
午前10時から11時まで(受付9時45分から)
- 場 所 保健福祉センター2階 集団指導室
- 持ち物 筆記用具
- 費 用 無料
- 講 師 味の素株式会社 東京支社 東日本広報グループ
- 定 員 先着25名
- 対 象 18歳以上の町民の方
- 申込み 令和8年9月9日(水)まで
健康課に申込みください

☎ 0465-81-5546

