



# 小樽食生活改善協議会 主催の 「料理講習会」に参加しませんか？

小樽食生活改善協議会では、さまざまな方を対象とした「料理講習会」を開催しています。

この機会にぜひ、参加してみませんか？

事業名	日時	対象・定員
男性のための料理教室	令和5年9月28日（木） 10：30～13：30 *申込締切：9月15日	健康的な食生活に興味のある男性の方 28名（先着）
生涯骨太クッキング	令和5年10月26日（木） 10：30～13：30 *申込締切：10月13日	健康的な食生活に興味のある市民の方 28名（先着）
フレイル予防の料理教室	令和5年11月9日（木） 10：30～13：30 *申込締切：10月25日	健康的な食生活に興味のある65歳以上の方 28名（先着）

会場 小樽市総合福祉センター 3階調理室  
参加料 各回1人100円  
持ち物 エプロン・三角巾・手拭用タオル・  
茶わん用ふきん・筆記用具

 お問合せ・お申込み

電話22-3110（保健所健康増進課）

※小樽市のホームページからもお申込みできます。