



奥多摩町 食育推進事業

# 食育講習会

参加費  
300円

食を通じた健康の維持・増進を目的に、調理実習と栄養講話を行います。  
生活習慣病予防や健康的な食事、季節の行事食など、食の楽しさや健康づくりに  
興味のある方はぜひご参加ください。

## 年間予定(4月~10月)

- ① 保健福祉センター 4/26(金)、6/27(木)、10/24(木)
- ② 文化会館 5/29(水)、7/23(火)、9/27(金)

## これまでに作った料理



6月熱中症予防



12月クリスマス



1月タンパク強化

時間：10：00～13：00

場所：①保健福祉センター2F 栄養指導室  
②文化会館 美術工芸室

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル

締切り：開催日の1週間前

※月によって開催場所が異なります。講習会ごとの内容については、毎月の  
広報おくたまをご確認ください。

問い合わせ・申し込み：奥多摩町福祉保健課 83-2777

