

ねもと地域力  
「地域交流グループ」の活動です

3	おしゃべりクラブ (健康食)	健康食	交流センター 実習室	毎月第4金曜	午前10時～
---	-------------------	-----	---------------	--------	--------

## 健康で長生きこれぞ人生の喜び！！

\* 健康を維持するために、

食生活を変えよう

地域力おしゃべりクラブでは色々な健康食に挑戦して、おしゃべりをしながら料理して、食べる楽しい教室を開いています。 **毎月第4金曜日です。(12月は第3です)**



開催日	曜日	時間	備考
平成31年1月25日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年2月22日	第4金曜日	午前10時～	実習
平成31年3月22日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年4月26日	第4金曜日	午前10時～	実習
平成31年5月24日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年6月28日	第4金曜日	午前10時～	実習
平成31年7月26日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年8月23日	第4金曜日	午前10時～	実習
平成31年9月27日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年10月25日	第4金曜日	午前10時～	実習
平成31年11月22日	第4金曜日	午前10時～	レシピ
平成31年12月20日	第3金曜日	午前10時～	実習



連絡先  
戸田政雄  
080-5156-5119