

健康づくり料理教室

鎌ヶ谷市食生活改善協議会

平成30年11月13日（火）、29日（木）

鎌ヶ谷市総合福祉保健センター、東部学習センター

簡単クッキング



野菜たっぷりクッキング



食生活改善推進員が健康づくりのための講話と調理実習を行いました。年間14回、4テーマのうち、今回のテーマは「簡単クッキング」「野菜たっぷりクッキング」の2つを実施しました。

参加者の方からは「クリスマスにもぴったりで、家でも作ってみようと思います。」と感想がありました。