

からだにやさしい 栄養教室



ご自身やご家族の食事、気にしていませんか？
管理栄養士からテーマごとの食事のコツが学べ
ます。

ご自身に合ったテーマをお選びください。

あなたは大丈夫？高血糖

6/11 (木) 中保健センター 定員 50 名

5/1 (金) 申し込み開始



バランス食で健康アップ

9/29 (火) 尾西生涯学習センター

大ホール 定員 50 名

8/3 (月) 申し込み開始



年末年始もおいしく減塩

12/23 (水) 北保健センター 定員 40 名

11/2 (月) 申し込み開始



時 間：10:00～11:30 (受付 9:30～)

申し込み：電話 または 二次元コード →

電子申請が終了していても申し込み可能な場合があります。お電話ください。

持ち物：健康手帳(お持ちの方)

※ご自宅のみそ汁等の汁物の塩分濃度測定ができます。汁物を大きじ1程度、容器に入れてお持ちください。



塩分濃度測定

問い合わせ 一宮市保健所 健康支援課 0586-52-3858

中保健センター 0586-72-1121

貴船町3丁目2番地

西保健センター 0586-63-4833

東五城字備前12番地

北保健センター 0586-86-1611

木曾川町黒田字中沼南ノ切27番地