



減塩



ヘル塩クッキング

【内容】

- 🌸 家庭でできる減塩クッキング
- 🌸 減塩についてのミニ講話



※写真は当日作るメニューの一部です。
内容は変更する場合があります。

日時：令和7年**9月19日**（金）

午前10時～午後1時（受付9半～）

会場：宍粟市役所 北庁舎2F 健康指導室

参加費：500円（材料代）

持ち物：米0.5合、エプロン、三角巾、マスク

募集定員：先着**12名**《要申込》

対象者：宍粟市にお住まいのかた

申込期間：令和7年**8月1日**（金）～

令和7年**8月29日**（金）

申込方法：専用フォームからお申込みください
（定員になり次第〆切）



申し込みフォーム



【問い合わせ】

宍粟市 保健福祉課

TEL.0790-62-1000