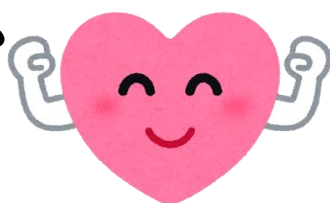


ヘルシークッキング



食べて疲れを
リセット!

栄養から 慢性疲労を防ぐ



事前にお申し込みの上、ご参加ください。

受付開始は、**10月7日(火)**です。

日時

① ▶ 令和7年 **10月28日(火)** 10:00~13:00(9:30~受付)

② ▶ 令和7年 **10月29日(水)** 10:00~13:00(9:30~受付)

※どちらも同じ内容の教室です。ご都合のよい日をお申し込みください。

会場

① ▶ **金沢健康プラザ大手町** 西館4階(大手町3番23号) ※Pなし

② ▶ **石川県女性センター** 4階(三社町1番44号)

参加費

600円

(食材費・保険料・資料代)

持ち物

エプロン、三角巾(または大きなハンカチ)
手拭き用タオル、マスク、筆記用具

対象 定員

金沢市民の方

各回**20名**(先着順)

内容

管理栄養士による講話、
調理実習、試食

※お申し込み後、キャンセルされる場合は、**開催前日の17:00までに**申込完了メールに記載のリンクからお願いします。

それ以降のキャンセルや無断欠席の場合は、後日、**キャンセル料として600円**(食材費・保険料等)を徴収いたしますので、ご了承ください。

申込は
こちらから



【お問い合わせ】



公益財団法人

金沢健康福祉財団

住所 **金沢市大手町3番23号**

TEL (076) 222-0102

FAX (076) 222-4366

ホームページ <http://www.kanazawa-kenko-plaza.or.jp/>

*この教室は(公財)金沢健康福祉財団が金沢市の委託を受けて行っています。