

バランス食で
美味しく食べて血糖改善！

糖尿病改善料理教室

日程

2/27(金)

定員

各日程先着 16名

2025.3/10(火)

場所

中央公民館2階料理室

3/16(月)

時間

10:00～13:00

持ち物

(食事時間含む)

エプロン、ふきん、
三角巾、飲み物、筆記用具

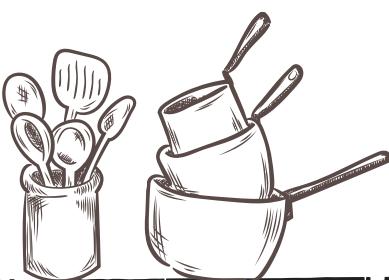
対象

糖尿病治療中の方、または、
血糖値が気になる方

講師

馬場 真弓

管理栄養士



参加費

500円

※教室参加時に集金します。

調理メニュー

- ・鶏のロール巻き梅酒煮
- ・菜の花の塩昆布和え
- ・野菜の柚子味噌風味

・吉野汁

- ※メニューは変更する場合がありますので、了承ください。
- ※アレルギーがある場合は事前に
御鑑定までご連絡ください。

～申込み～

お電話または下記の
QRコードよりお申し込み
ください。

申込み〆切

2/20(金)
まで

播磨町保険課
国保年金医療係

公式HPからお申し込みください▶

079-435-2581

