



厚別区では、食育とノルディックウォーキングを組み合わせ  
栄養と運動トータルでの健康づくりを応援しています。

このレシピ集に関するお問い合わせは・・・

制作・発行：厚別区保健福祉部健康・子ども課(厚別保健センター)

〒004-8612 札幌市厚別区厚別中央1条5丁目3-2 TEL 895-1881

協力：厚別区食生活改善推進員協議会



さっぽろ市  
01-003-20-1138  
R2-1-106