



もっと野菜を食べよう!教室



無 料

参加者募集!



南区健康寿命延伸キャラクター「なんだべあ」

●日 時 令和7年8月29日(金) 13:30~15:00

●対 象 南区民 定員25名(先着)

●場 所 南保健センター 講堂(南区真駒内幸町1丁目3-2)

●内 容 ①野菜についての栄養講話

②ベジチェック体験(手のひらで推定野菜摂取量を測定)

③ひとくち野菜料理の試食



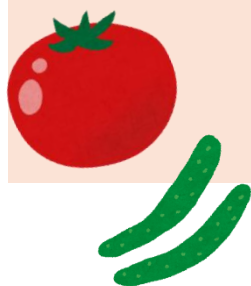
- ◎ 小松菜と糸寒天のごま酢サラダ
- ◎ 南区鮮やカレーシチュー
- ◎ かぼちゃと枝豆のマヨネーズ和え



●お申込み 8月12日(火)から電話で下記まで
南区保健福祉部健康・子ども課(南保健センター)

TEL:011-581-5211

(土日祝祭日を除く 8:45~17:15)



広報さっぽろ8月号にも
掲載しています



SAPP
RO



さっぽろ市
04-Q03-25-1521
R7-4-241