

## 回 覧

鬼保発第 1084 号  
令和 7 年 12 月 10 日

柏田のみなさまへ

鬼北町長 兵頭誠亀

# 柏田健康学級のお知らせ

師走の候、みなさまいかがお過ごしですか。

この度柏田地区で下記のとおり健康学級を開催することといたしました。  
ご近所お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

記

日 時 令和 8 年 2 月 3 日 (火)

9 : 4 5 ~ 血圧測定

10 : 00 ~ 13 : 00 調理実習

皆さんで楽しく  
お料理・お食事  
しませんか？

食事で目指そう健康長寿 🍴

～ 多様食で低栄養を予防！～

《MENU》 柚子胡椒からあげ・里芋のけんちん汁  
大根のゆずサラダ・白玉抹茶ゼリー

場 所 柏田集会所

持参品 材料費 400 円、米 0.5 合、エプロン  
健康手帳（持っている方）

申 込 保健介護課

※ 1 月 23 日までにお申込ください。アレルギーや  
食べられない物があれば事前にお知らせください。

担 当 管理栄養士 森下 、保健師 濱田



食べやすく  
栄養価の高い食事の  
工夫を勉強できます！



【問い合わせ先】

鬼北町役場 保健介護課  
保健係 担当：濱田  
Tel : 45-1111 (内線 3113)