

# 栄養から 高血圧予防 について考える。

事前にお申し込みの上、ご参加ください。  
受付開始は、4月24日(火)です。

## 日時 会場

- 第1回** ▶ 平成30年 **5月15日(火)** 18:30~20:30 (18:00受付開始)  
会場：石川県女性センター 4階 料理教室 (金沢市三社1-44)
- 第2回** ▶ 平成30年 **5月17日(木)** 10:00~13:30 (9:30受付開始)  
会場：**金沢健康プラザ大手町** 西館4階 (金沢市大手町3番23号)
- ※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。

## 参加費

**600円**  
(食材費・保険料・資料代)

## 内容

栄養士による講話、  
調理実習、試食、交流会

## 対象 定員

**金沢市民**の方  
各回**20名** (先着順)

## 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、筆記用具

※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**にお電話をお願いします。  
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。

## 【お申し込み・お問い合わせ】

(公財) 金沢総合健康センター 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)金沢総合健康センターが金沢市の委託を受けて行っています。