

塩ゼロクッキング教室



受講者募集



日時: 令和8年10月23日 (金) 10:00～13:00

対象: 沖縄市在住・おおむね20～74歳

場所: 福祉文化プラザ2階 調理室(沖縄市高原7-35-1)

講師: 市民健康課 管理栄養士

内容: 調理実習を通して減塩のポイントを学びます

(ミルフィーユごまとんかつ・ひよこ豆のチョップドサラダ)

定員: 16名

持ち物: エプロン・三角巾・手拭きタオル・各自飲み物

受講料: 無料

申込期限: 10月5日(月)

申込方法: 下記の申込フォーム・電話



お申込みフォームはこちら♪



お問合せ先：沖縄市役所市民健康課

電話：939-1212（内線2243・2237）