



ヘルシークッキング

高血糖

を予防しよう！

事前にお申し込みの上、ご参加ください。  
受付開始は、**10月25日（火）**です。

## 日時

第1回 ▶ 令和4年 11月19日（土）10:30～12:00（受付10:00～）

第2回 ▶ 令和4年 11月21日（月）10:30～12:00（受付10:00～）

※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。

## 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）

駐車スペースは数台のみですので、公共交通機関のご利用または近隣のコインパーキングのご利用をお願いいたします。

## 参加費

600円  
（食材費・保険料・資料代）

## 内容

管理栄養士による講話、  
調理実習、試食対象  
定員金沢市民の方  
各回10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）金沢健康福祉財団

住所 金沢市大手町3番23号

FAX (076) 222-4366

TEL (076) 222-0102

ホームページ <http://www.kanazawa-kenko-plaza.or.jp/>

\*この教室は（公財）金沢健康福祉財団が金沢市の委託を受けて行っています。