今日から実践！

高血圧予防教室

減塩に役立つ体験もりだくさん！

- ▶塩味の味覚チェック
- ▶味噌汁食べ比べクイズ
- ▶めざせ減塩の達人！減塩献立を立ててみよう

- ▶はかってみよう！
  血管年齢測定器・
  野菜摂取度がわかる「ベジミル」



げんき！アップ！くまもと
ミッションポイントもたまります

▸日　程　令和9年1月21日（木）
　　午前10時30分～正午（受付　午前10時～）
▸場　所　大津町生涯学習センター2階　中会議室
▸定　員　20名
▸持ち物　特定健診結果・筆記用具・水分補給のお水

▸申込方法
大津町子育て健診センターへお電話

またはQRコードから☞
1月8日（金）締め切り

【申込・お問い合わせ】
大津町健康保険課 健康推進係（子育て・健診センター内）
管理栄養士まで　☎096-294-1075