

令和
7年度

四季の ヘルシー クッキング 講座

春：令和7年5月17日(土)
～腸活で免疫力アップ～

夏：令和7年8月30日(土)
～8月31日は野菜の日～

秋：令和7年10月11日(土)
～睡眠の質を高めるメニュー～

冬：令和8年2月7日(土)
～バレンタインランチ～

受講料

1回 550円

友の会会員 450円

時間

10:30～13:30

場所

第2研修室・調理室

持ち物

エプロン・三角巾

タオル・水分補給

のもの

お問い合わせは

とやま健康パーク
(富山県国際健康プラザ)

076-428-0809

〒939-8224

富山県富山市友杉151

<https://www.toyama-pref-ihc.or.jp>

詳しくは各回のちらしをご覧ください。

お申し込み開始は開催日の1ヵ月前からです。

とやま健康パークの受付にて受講料を添えて

お申し込みをお願いします。

