



魚津市イメージキャラクター

ミラたん

魚津市プレスリリース 令和5年6月30日

あなたに合わせた食事をオーダーメイド  
**簡単！からだが整うごはん教室**

魚津市健康センターでは、からだが整うためにどのように食事を摂ったらよいか食事の選び方が食べてわかることを目的とした「簡単！からだが整うごはん教室」を実施します。朝ごはんを楽しく食べながら、個人に合わせた食事を提案します。下記のとおり実施いたしますので、取材方よろしくお願いいいたします。

1 開催日時

令和5年7月19日（水曜日）

① 9時～

② 9時30分～

③ 10時～ （各1時間程度）

2 会場

魚津市健康センター2階 大研修室  
(魚津市吉島 1165 TEL:0765-24-3999)

3 参加予定者数・参加費

①～③各6人 参加費 300円

4 周知方法

広報7月号 ※申込み締切り7/12(水)

5 内容

朝食を食べに来ていただいた方に、下記の内容がわかるような教室になっています。

- ・食事の選び方がわかる！
- ・おすすめメニューが食べられる！
- ・簡単レシピがわかる！



イメージ図

担当部署：民生部健康センター

(所長) 森山 明

(担当者) 経澤 愛里

電話 0765-24-3999

FAX 0765-24-3684

E-Mail kenko-center@city.uozu.lg.jp