

おでんせ

「まちの保健室」カフェ開催

第2回

一緒に 健康体操やご飯を作りながら、お話ししましょう♪

日時

2025.9.18(木) 10:00~12:00

場所

南青山アパート集会所 「森のテラス」

対象

南青山周辺等にお住まいの方（先着10名）

内容

体操 と トマト炊き込みご飯・副菜 作り

講 師 いわてNPO法人フォーラム21 中村 恭香 氏

参加費 500円（材料費・お茶代）

申込期限 9月12日（金）まで



申込み
問合せ先

公益社団法人
岩手県看護協会(まちの保健室担当)

TEL : 019-662-8213

Mail : machiho@iwate-kango.or.jp