

## 【谷田部地区活動レポート】9/25(水) なかよし会・料理教室「骨粗しょう症を予防しよう！」



なかよし会は、9月25日（水）午前、小野川交流センターで「高血圧を気にして～」の料理教室を開催しました。

食生活改善推進協議会の中山先生、森田先生、篠原先生に高血圧についてお話しをいただいた後、カルシウム豊富な食材を使ってお料理にトライ。おしゃべりしながらの楽しい会で大好評でした。女性会員19名の参加でした。

参照：広報誌きずな Vol. 028

