

ふくつ 10

体の声を聞いてみませんか？

～検診・健診に行こう！～

市食生活改善推進会では男性料理教室などを通じて、体によい食生活と健康づくりを進めています。食事は健康の源ですが、あなたの体は健康ですか。検診・健診を受けて、その答えを見つけましょう。きっと毎日が元気でもっと楽しくなりますよ。

▲男性料理教室では野菜を使った塩分や油の少ない料理を学べます