

食で楽しく  
健康的に



**い** きいきクッキング教室が7月29日(水)、保健福祉センターはーとふる2階栄養指導室・調理実習室で開催されました。会場では、参加者たちがおしゃべりに花を咲かせながら、「ゆで鶏の野菜添え」や「トマトと卵のスープ」などのヘルシー料理の作り方を楽しく学びました。

市・ホームページ (<http://www.e-rumoi.jp/>)

留萌市

検 索



▲市・ホームページ  
QRコード

● 今月の主な内容

- ②-③ 特集／みんなで進めるまちづくり
- ④-⑤ 特集／一人暮らし高齢者の健やかな生活へ
- ⑥-⑦ 特集／9月10日は「下水道の日」

- ⑧-⑮ 暮らしのお知らせ
- ⑯-⑰ 健康ひろば
- ⑱ 連載／災害への備え⑱
- ⑲ 留萌市情報アンテナ