## おいしい野菜の見分け方

託児所

~野菜のおすすめレシピで一緒につくろう~

食卓に野菜料理が一品増えるだけで、あなたの栄 養のバランスが向上します。 おなじみの一品から驚 きの一品までレパートリーを広げてみませんか。

日時 7月4日(金) 9時30分~12時30分

あいぱーく光 場所

内容

- ·講演 9時30分~10時30分
- 「おいしい野菜の見分け方」
- ・クッキング 10時40分~12時30分
- 「野菜のおすすめレシピで一緒につ くろう」(定員50人)





民に紹介します。 ご応募いただいた

健康カルタ」などに使用し、広く市

作品は、

パンフレットや

◎問合せ

未発表のものに限ります。

その他 クッキングや託児をご希望の人は、6月20 日(金)までに健康増進課までお申し込みください。定員 になり次第締め切ります。

申し込み・問合せ 健康増進課(あいぱーく光) **2**0833(74)3007

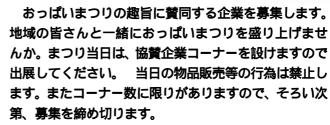
### おっぱいまつりイベント募集

日時 8月10日(日) 9時30分~12時

#### おっぱい応援団募集

あいぱーく光

場所



応募期限 6月25日(水) 応募方法 子ども家庭課へお電話ください。

#### 家で眠っている育児用品をご提供ください

育児用品リサイクルマーケットを開き、必要な人に 提供します。

育児用品の種類 子ども服、絵本、おもちゃ、その 他育児に使用するもの (使用可能なもの)

提供期限 8月1日(金)

提出先 子ども家庭課(あいぱーく光)

子ども家庭課内おっぱいまつり実行委員会 **2**0833(74)3092

認知症予防 心 の健 関する 康

標語等の募 集

語等を募集し、「 認知症予防・心の健康に関する標 健康カルタ」を作成

# 【応募要領】

します こと、生きがい、人との関わり、 ・運動、日常生活で気を付けている テーマ 認知症予防のための スト

応募資格 応募期間 光市在住・通勤・通学者 6月10日火~9月19日

時 30 **分** 

(開場13時)

日時

7月11日金

13時30分~

15

施設入所の予防~か調知症の発症、

場所

講師

愛媛大学准教授 市民ホール

投行谷向知氏がよりという

ス・うつ病予防など

用できる標語など 作品の形態

校名・学年)を記入の上、ご応募くだ 名・年齢・住所・電話番号・職業(学 ガキに、作品・作品へのコメント・氏 応募箱をご利用ください。 または、八 館、出張所等に備え付けの応募用紙 応募方法 市役所、 支所、

)( 当日消印有効) カルタの読み札に使

地域の認知症予防活動紹介 入場料 無料 導医)

神医学会専門医、

老年精神医学会指

医学博士、精神保健指定医、老年精

後松原いきいきサロン (室積地区) 宮ノ下自治会 (浅江地区)

**☎**0833(74)3007 健康増進課(あいぱーく光)

舞台発表】

# **)みませんか** 作品の返却はしません

主催

応募先 光市健康をつくる婦人の会 光市役所健康增進課

T743.0011

光市光井2丁

あいぱーく光内)

認知症予防講演会

認知症