

## 第29回ふくおか県民文化祭2021 子ども文化事業 第24回ジュニアときめき文化祭

子どもたちの個性豊かで素晴らしい作品を鑑賞してみませんか。  
※舞台芸術の部は、一般公開はありません。

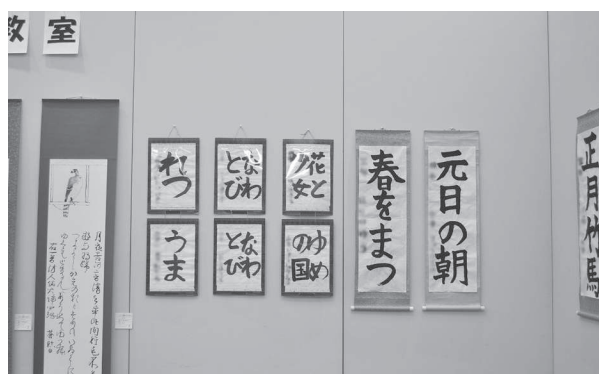
### 文芸美術の部

- 日時 12月18日(土)・19日(日)  
午前10時～午後4時
- 会場 まどかぴあ1階 多目的ホール
- 内容 ◇書道◇華道◇造形美術◇絵画などの展示



### ●問い合わせ先

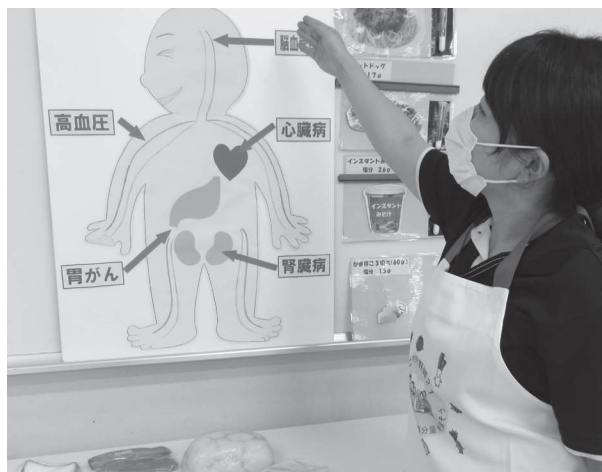
第24回ジュニアときめき文化祭実行委員会事務局（コミュニティ文化課内 市文化連盟事務局） ☎(580)1996



## 健康栄養クッキング教室 高血圧症編

高血圧症はほとんど自覚症状がありませんが、放っておくと血管に負担がかかり続け動脈硬化が進み、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こす危険性が高くなります。しかし、普段の食生活を見直すことで予防・改善が期待できます。

一緒に高血圧について楽しく学び、生活習慣を見直してみませんか。



- 対象者 高血圧症が気になっている人や予防したい人およびその家族

- 日時 12月24日(金) 午前10時～午後1時

- 会場 すこやか交流プラザ

- 内容 ◇高血圧症を予防・改善する食事に関する講話◇調理実習（適塩の献立）

※新型コロナウイルス感染症の状況により、講話のみとなる場合があります。

- 定員 24人

※申込多数の場合は新規優先のうえ抽選

- 参加費 500円（試食材料代）

- 申込方法 ◇電話◇窓口◇はがき（「健康栄養教室申し込み」・住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号）

- 申込期限 12月15日(水)（必着）

- 申し込みと問い合わせ先

すこやか長寿課健康長寿担当 [〒816-0932 瓦田4-2-1 すこやか交流プラザ内]

☎(501)2222