

## おやこで料理をしてみませんか？

問 健康推進課 ☎ 62-1235

おやこで「食」に関心を持ち、食生活を見直すきっかけづくりをしませんか。

可愛い！楽しい！簡単！おいしい！料理を宿毛市の食改（食生活改善推進員）さんと一緒に作ってみましょう。

**日時** 9月4日（日） 10時～12時

**場所** 宿毛文教センター 2階 実習室

**参加費** 無料

**対象** 市内の小学生とその保護者

**定員** 7組（先着順）

**持参物** ●エプロン ●マスク

**申込締切** 8月19日（金）

※アレルギーをお持ちの方はご相談ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、調理実習を見合わせる場合があります。

※調理実習で作ったものはお弁当にして持ち帰ります。



写真は2019年の「おやこ料理教室」の様子です。



### 食育イベント

## やさいの日キャンペーン



宿毛市食生活改善推進協議会では、JA グリーンはた宿毛店 産直ぴかいちにご協力いただき、野菜摂取量の増加による生活習慣病対策と野菜の消費拡大を目的に、食育イベントを開催します。

**日時** 8月31日（水） 10時～12時

**場所** JA グリーンはた宿毛店 産直ぴかいち

アンケートに回答いただいた方に先着順で粗品をプレゼントします。

プレゼントは数量限定で無くなり次第終了となります。



※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、日程を変更する場合があります。

問 健康推進課 ☎ 62-1235

## 県民スポーツ月間関連大会・県民スポーツフェスティバル 2022

『県民スポーツフェスティバル』を開催します。今年度も9月から次の競技が行われる予定です。

- アクアスロン ●ボウリング ●スカッシュバレー ●テニス ●グラウンド・ゴルフ ●柔道
- ソフトテニス ●ペタンク ●パークゴルフ ●ディスクゴルフ ●ボッチャ ●サイクリング
- 武術太極拳 ●クレー射撃 ●ゲートボール

各競技の詳しい開催要項などについては、高知県文化生活スポーツ部スポーツ課のホームページをご覧ください。

問 生涯学習課 ☎ 62-1245