

## 第9回

### 「野木町の野菜を食べて、からだスッキリ！」～からだスッキリ教室食事編～

6月30日、公民館調理室で「からだスッキリ教室食事編」を開催しました。

この教室では、講話とミニ調理実習を通してバランス食などを学びました。

野木町産のトマトや玉ねぎを使ったヘルシーメニューが好評で、参加された方々から「早速家で作ります!」との声をいただきました。

町では、今後も野木町産の食材を使った調理実習を開催する予定です。広報やホームページなどでお知らせいたしますので、ご参加お待ちしております。



～からだスッキリ教室食事編の様子～