

神戸マイスターが手がけた

高血圧の方向け

たるみ減塩 ランチ会



減塩食品の
お土産付！

2025年12月11日(木)

11:00 ~ 14:00(受付10:30~)

場所

シーサイドホテル舞子ビラ神戸
(垂水区東舞子町18-11)

対象

垂水区在住で高血圧と指摘された方／治療中の方

- 血圧140/90mmHg以上もしくは家庭血圧135/85mmHg以上
 - 申込時に直近2週間の血圧手帳の写しと令和7年度または令和6年度の健診結果、治療中の方は直近の処方内容がわかるものを提出ください
- 美味しく減塩！

※松村料理長作成お料理イメージ

講演

(Web)

減塩テクニック

日本高血圧学会 減塩・栄養委員会顧問
野村 善博先生



減塩食品の開発・導入のスペシャリストで日本高血圧学会の減塩・栄養委員会のアドバイザー。著名ホテル等での減塩レシピ指導や減塩をテーマにした料理本・医学書等での執筆活動も行う。近年は行政や学会の依頼による講演を全国各地で行っている。

減塩フレンチ

喫食

減塩ランチ(洋食)

シーサイドホテル舞子ビラ神戸 総料理長
松村 智明氏



神戸マイスター&ひょうごの匠

参加費

3,000円/人
(税込、当日現金支払い)

先着100名

お申し込み方法

右記の二次元コードにアクセスして、「参加申し込みフォーム」よりお申し込みをいただくか、FAXにてお申し込みください。

〈申込期間〉10月10日(金)9:00 ~ 11月11日(火)17:00

〈FAX〉078-709-6006

【宛先】垂水区役所保健福祉課 たるみSIO6プロジェクト 〈メール〉tarumisio6@city.kobe.lg.jp

参加申し込み
フォーム▶



お問い合わせ

0570-083-330 または 078-333-3330

神戸市お問い合わせセンター(年中無休 8時から21時)



◀問い合わせ
フォーム

【主催】神戸市垂水区役所 保健福祉課