

# 高知市一宮東トーマン団地さくら会リハビリキッチン

平成26年6月～令和4年(コロナ禍により休止期間あり)令和4年10月より再開  
毎月第二、第四金曜日に開催してます★

リハビリキッチン立ち上げ：リーダー研修



いっしょに料理



いっしょに食事



食と栄養について学んで実践(減塩、10品目)



**H31年4月26日で100回め！！**



百歳体操、体組成計計測など、健康づくりも自分達で



トーマン団地リハビリキッチンは健康パスポートポイント提供対象事業です。ブルーとグリーンのポイントが つきます！

