

野菜たっぷり！



減塩

クッキング教室

- 日時： 6月26日（金） 10時～12時30分
- 場所： 福島区役所2階 栄養指導室
- 内容： 栄養士のお話「野菜たっぷり減塩生活始めましょう！」  
調理実習と試食「はんぺん入り肉団子のうま煮、大根と  
にんじんのごま酢あえ、かぼちゃの塩バター、ミルクくずもち」
- 対象： 区内在住の方 12名（先着順）
- 費用： 500円（材料費）
- 持ち物： エプロン、三角巾、手拭き用タオル、マスク、飲み物
- 共催： 福島区食生活改善推進員協議会（ふじの会）

### 申込・問合せ

（申込方法）電話・窓口または大阪市行政オンラインシステム

（申込期間）6月8日（月）～6月22日（月）

ご予約はこちら→

（問合せ先）福島区役所 保健福祉課（健康推進）2階24番窓口 ☎ 6464-9882



令和8年6月26日実施「野菜たっぷり！減塩クッキング教室」参加申込書

（ふりがな）

- ・氏名 \_\_\_\_\_ ・年齢 \_\_\_\_\_ 歳
- ・住所 福島区 \_\_\_\_\_ ・電話番号（ ） — \_\_\_\_\_ — \_\_\_\_\_
- ・「減塩クッキング教室」への参加は何回目ですか？【 初めて ・ 2回目以上 】
- ・食物アレルギーの有無（どちらかに○をつけ、有の場合は食材名をご記入ください）  
【 有（食材：\_\_\_\_\_） ・ 無 】