

～健康づくりは、毎日の食事から～

別紙 1



# 男性料理教室

日時：令和 8 年 **1 月 27 日 (火)**

午前 **10 時 30 分**～午後 **1 時**

先着 15 人

場所：東成区保健福祉センター **分館 2 階**

(地図はウラ)

内容：調理実習、栄養のお話

【予定献立】ごはん、さけのレモンバターホイル焼き、はくさいとくるみの和え物、  
具たくさんカレースープ、ミルクくずもち

費用：600 円 (食材料費) 当日徴収

持物：エプロン、三角巾(バンダナ、大きめのハンカチ等)、マスク、筆記用具

対象：区内在住の男性

※ 当日、午前 7 時時点で「暴風警報」「特別警報」が発令された場合は中止です

男性中心の、料理や試食を楽しむ  
教室です。

初めての方も、お気軽にお申込み  
ください！



## 申込み (お電話 または 窓口にて)

東成区役所保健福祉課 健康推進 **栄養士** (区役所 2 階 22 番窓口)



電話 **06-6977-9882** 平日午前 9 時～午後 5 時 30 分

申込期間：令和 8 年 1 月 21 日(水)まで

※ 当日、体調が悪い方や 37.5℃以上の発熱がある方は、参加いただけませんのでご了承ください。

※ 東成区保健福祉センター分館には、エレベーターやエスカレーターはございませんので、あらかじめご了承ください。なお、配慮が必要な方は、事前にご連絡いただきますようお願いいたします。

東成区食生活改善推進員協議会・東成区保健福祉センター

き り と り

## 男性料理教室 参加申込書

申込日 月 日

ふりがな

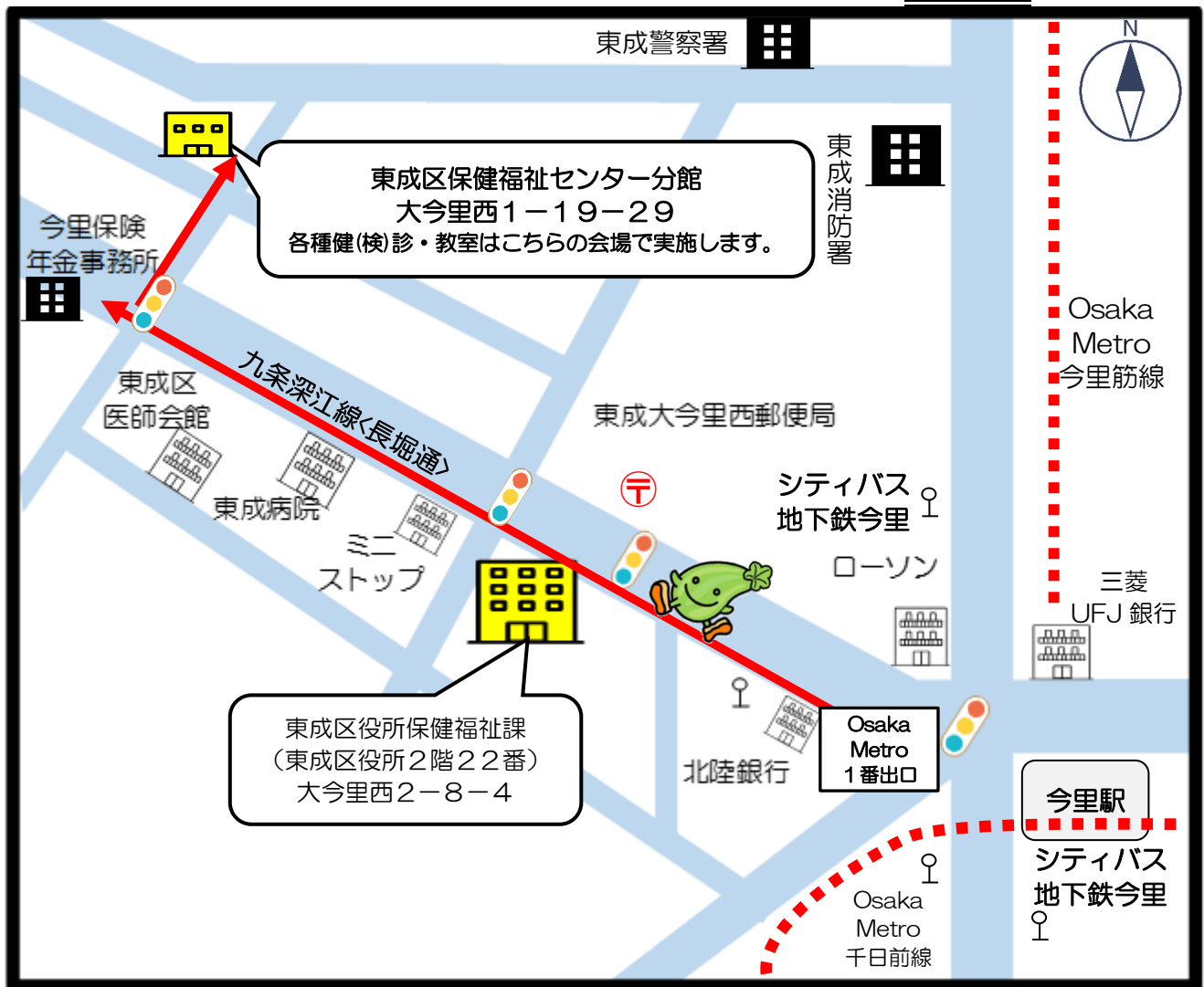
氏 名： 電話番号： — —

住 所：東成区

大阪市東成区保健福祉センター(区役所 2 階 22 番窓口) 栄養士 06-6977-9882

(個人情報、当講座での目的以外には使用いたしません)

# 東成区保健福祉センター 分館



## ☆☆☆交通機関のご案内☆☆☆

### ■分館■

- Osaka Metro 千日前線・今里筋線「今里」駅①番出口より玉造方面へ徒歩6分
- シティバス「地下鉄今里」バス停より玉造方面へ徒歩3～5分
- JR環状線「玉造駅」より今里方面へ徒歩12分

### ■区役所■

- Osaka Metro 千日前線・今里筋線「今里」駅①番出口より玉造方面へ徒歩3分
- シティバス「地下鉄今里」バス停より玉造方面へ徒歩3～5分



毎年6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」  
～やってみよう! たのしく食育～



ガンキをつくらう!

大阪市食育推進キャラクター「たべやん」