



2 食事をとる



3 すべての人に健康と福祉を



メタボ予防からフレイル予防へ

生涯骨太^{👨‍🍳} クッキング[🥣]



生涯にわたって心も身体も健康で、質の高い生活を送るために「食べること」について考えてみませんか？

ライフステージに合わせた食事のポイントをお伝えします！

2025
10/9
(木)

10：00～13：00（受付は9：45～）
浪速区役所3階 栄養講習室

内 容：お話と調理実習

（メニュー：鯖そぼろのビビンバ 他）

対 象：区内在住の方（先着12名）

参加費：500円

持ち物：エプロン、三角巾、タオル、マスク

申込み：9月1日（月）～9月30日（火）までに

電話、または行政オンラインシステムから

- ・午前7時の時点で大阪市内に「暴風警報」または「特別警報」が発令されている場合は中止します。
- ・発熱、下痢、喉の痛みなどの症状がある方は、参加をお断りする場合があります。
- ・申込み後のキャンセルはお早めにご連絡ください。

【共催】浪速区食生活改善推進員協議会



浪速区役所 保健福祉課（保健）

3 階 34 番窓口

📞 06-6647-9882

行政オンラインシステムは
こちらから

