

簡単！おやつづくり

シニア カフェ

料理が苦手な方
でも大丈夫！

栄養士による
食のお話も
あります！

開催日時

2026年1月21日(水)
13:30～15:30

場所

浪速区役所
3階 栄養講習室



シニアカフェとは？

誰かと一緒に食事をすることは、食を楽しみ、心身共に豊かな食生活を送ることにつながります。シニアカフェでは、簡単な調理実習を通して参加者同士の交流を図り、食と健康について楽しく学ぶことができます。お一人でも、ご夫婦やお友達と一緒にでも大歓迎です。お気軽にご参加ください。

内 容：お話と簡単なおやつづくり（食パンピザ、豆乳プリン）

対象者：区内在住の65歳以上の方（先着15名）

参加費：400円

持ち物：エプロン、三角巾、タオル、マスク

申込み：1月14日（水）までに

電話、または行政オンラインシステムから

浪速区役所 保健福祉課（保健）

📞 06-6647-9882

行政オンラインシステムは
こちらから！

