

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！



シニアカフェとは？

誰かと一緒に食事をする事は、食を楽しむ、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。

開催日時

2026年10月28日(水)
13:30～15:30

場所

浪速区役所
3階 栄養講習室



内 容：お話と簡単なおやつづくり

対象者：区内在住の65歳以上の方（先着15名）

参加費：300円

持ち物：エプロン、三角巾、タオル、マスク

申込み：10月21日（水）までに

電話、または行政オンラインシステムから

たまごサンド、
抹茶と甘酒のプリン
を作ります！

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！



共催：浪速区食生活改善推進員協議会