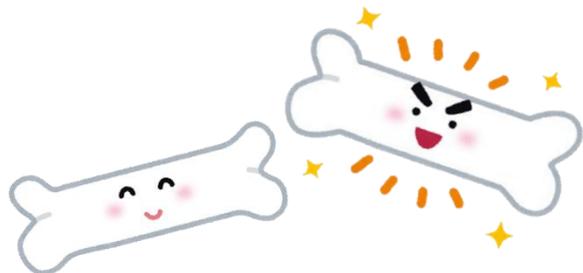


# 骨太クッキング



カルシウムは不足していませんか？  
カルシウムがしっかり摂れるお料理を作ります。

11月14日（金）10:00～13:00



・さばそぼろ丼  
・アボカドとひじきのサラダ  
・ミルク入りみそ汁  
を作ります！

内 容：調理実習  
講話「カルシウムのお話」、「食中毒予防のお話」

カルシウムとらな！



場 所：西区役所2階 栄養指導室・集団検診室

持 ち 物：エプロン、三角巾（大きめのハンカチ）、マスク、筆記用具、手拭き用タオル

参 加 費：700円（材料費、保険代込み・当日徴収）

対 象：区内在住の方 15名（先着順）

申込期間：10月7日（火）～11月7日（金）

申 込 み：西区役所 保健福祉課（地域保健）まで電話 または 来所

電話 06-6532-9882

お 願 い：当日体調が悪い方は参加をご遠慮ください。  
また当日マスク着用や手指消毒にご協力をお願いします。

共 催：西区食生活改善推進員協議会



骨太クッキング 申込書

氏名 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_

住所 大阪市西区 \_\_\_\_\_