

料理に挑戦！

初参加の方大歓迎！



# メンズキッチン



1 月 22 日（木） 10時30分～13時

西淀川区食生活改善推進員協議会会員が調理をサポートしてくれます。料理に自信がない方も気軽にご参加ください！

## 内 容

- ・管理栄養士のお話し『野菜を食べよう』
- ・調理実習『ごはん、筑前煮、丸ごとピーマンのカレー煮、レアチーズゼリー』

## 持 ち 物

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

## 参 加 費

500円（当日徴収）  
※参加費には、調理材料費と保険料を含みます

## 場 所

西淀川区役所3階 栄養講習室

## 対 象 者

西淀川区にお住まいの男性 16名（申込多数の場合抽選 初回参加者優先）

## 申 込 期 間

1月6日（火）～1月16日（金）

## 申 込 方 法

インターネット・電話・窓口  
インターネットはこちら➡



※大阪市行政オンラインシステムの  
利用者登録が必要です。

## 共 催

西淀川区食生活改善推進員協議会 さざんか

【問合せ先】西淀川区役所 保健福祉課（健康推進） 2階25番窓口 栄養士  
電話：06-6478-9882

## メンズキッチン 申込書

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_ 区役所で調理実習参加 有 ・ 無

住所 西淀川区 \_\_\_\_\_