

参加者募集！

パッ ク ク ッ キ ン グ 教 室

非常時にも役立つポリ袋調理を体験してみませんか？

食材のうま味を活かしたり、洗い物を減らす調理方法としても役立ちます。

予定献立 ごはん、キャベツの煮込み、
切り干し大根の中華風酢の物、蒸しケーキ



●日時 令和7年 9月5日（金） 10時30分～13時00分

●場所 大正区役所3階 集団検診室・栄養指導室

●費 用 1人400円（調理材料費として当日徴収します。）

●持ち物 エプロン、三角巾（バンダナ等）、マスク、
手ふき用タオル、食器用ふきん、筆記用具

●対象 区内在住の方 ●定員 12人（先着） ●内容 お話・調理実習・試食

申し込み 窓口、電話、行政オンラインシステム →



期間：8月8日（金）から29日（金）まで
（窓口及び電話は、平日の9時から17時30分まで対応しています。）

問合せ(主催) 窓口：大正区役所3階 30番 保健福祉課（健康づくり）栄養士

電話：06-4394-9882

共 催 大正区食生活改善推進員協議会（つくしの会）

※当日、7時時点で暴風警報、特別警報が発令された場合は中止です。



大阪市食育推進キャラクター
たべやん

キ リ ト リ

パッ ク ク ッ キ ン グ 教 室

参加申込書（R7年9月5日開催分）

令和 年 月 日

ふりがな

★名 前 _____

★電話番号 _____

★住 所 大正区

提出先：大正区役所3階 30番 保健福祉課健康づくり栄養士あて TEL：06-4394-9882