

食育セミナー

みやこ

# 京クッキング

## 6月は食育月間です

食卓で家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わい、家族や地域との絆を深めましょう。ご参加お待ちしております。

日時

①6月20日(木) ②6月28日(金)

いずれも10:00~12:30(受付9:40~)

場所

東山保健センター 栄養調理室

内容

♪ 講話「みんなで作って食べるとおいしいね」  
講師:保健センター 管理栄養士

♪ 調理実習・試食・交流  
「我が家でできるおもてなしクッキング」  
※京都市内産のお米を使用します

本日の献立  
☆新しょうがご飯  
☆冷やし鉢  
☆手作りごま豆腐  
☆お吸い物  
☆抹茶白玉  
※献立は変更になる  
場合があります。

参加費

500円

持ち物

エフロン・三角巾(スカーフなど)・手ふきタオル

対象

①料理初心者 20名 (いずれも先着順です)  
②18歳以上の区民 24名

☆☆男性の方もお気軽にご参加ください☆☆

申込み

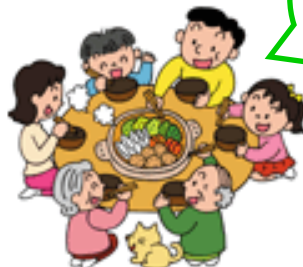
5月20日(月)8時30分から電話または窓口にて

申込×切: ①6月14日(金) ②6月21日(金)

\*定員になり次第、締め切らせていただきます。

成人保健・医療担当 TEL 561-9128

京都市民の目指す姿  
みんなで食べて「楽しい食卓」  
~京の共(きょう)食~  
新「京・食育推進プラン」から



みんなで  
食べると  
おいしいね。