

食育指導員企画第2弾
 むだなく使う
野菜エコクッキング

昨年度に引き続き、下京区在住の食育指導員がみなさんに家庭の知恵をお伝えします。今回のテーマは、「もったいないのこころ」を大切にした野菜エコクッキングです。冷蔵庫の中にある野菜を最後まで食べきれず腐らせてしまった経験はありませんか？むだなく野菜を使いきるコツを知りたい方、野菜をおいしく食べたい方、ご参加お待ちしております。



日時	平成24年10月30日(火) 10時30分から13時(受付は10時15分から)
会場	下京保健センター 2階 調理実習室
内容	講話「野菜の上手な活用法・保存方法」 調理実習「これからは旬～まるごと大根をおいしくアレンジ～」 試食・交流
料金	500円(食材料費)
持ち物	エフロン、三角巾、手拭きタオル
定員	18歳以上の区民の方 24名
申込み	<u>10月9日(火)</u>から電話にて受付いたします。 定員になり次第、締め切らせていただきます。



健康づくり推進課 成人保健・医療担当 (☎371-7292)