

令和8年度

健康づくり 料理教室



大和市
イベントキャラクター
ヤマトン

初心者の方も、料理の腕に自信がある方も大歓迎!

- 内 容 管理栄養士による講話と生活習慣病予防の料理教室
- メ ニ ュー ごはん、味菜^{あじさい}しゅうまい、小松菜のじゃこ炒め、もずくと長芋の和えもの
※全3回同じメニュー
- 持 ち 物 エプロン、三角巾、手拭き用タオル(2枚)、調理用マスク、筆記用具
- 申 込 方 法 電話 または 電子申請
- 対 象 者 大和市内在住者
- 定 員 各回24人

参加費

500円 ※現金



ヤマトン健康ポイント3P

日時	場所	優先事項	申込受付期間
9/29(火) 10:30~13:30	シリウス内 生涯学習センター 611調理実習室	—	9/1(火) ~9/16(水) 電子申請→
10/22(木) 10:30~13:30		男性優先	10/1(木) ~10/13(火) 電子申請→
11/27(金) 10:30~13:30		1~3歳児の保育付き (先着4名、要予約) 保育希望者優先	11/2(月) ~11/17(火) 電子申請→

※原則、参加はお一人1回までとさせていただきます。基本的に先着順です。

※都合により、メニューは変更となる可能性があります。

申込・お問い合わせ先：健康づくり推進課 地域栄養ケア推進係

電話：046-260-5804 平日 8:30~17:00