



市民会議は、岡崎げんき館を拠点として、健康づくりや子ども育成などに関する事業を、岡崎市や事業者と連携しながら実施し、「健康おかざき 21 計画」などに基づく市民の健康づくりを推進していくことを目的として活動しています！

☆市民を対象に、テーマ毎に食の大切さを学べる料理教室です。

## 健康長寿の秘訣！「秋の家康めし」



テーマ別◎食文化

日 時：令和 6 年 11 月 10 日（日） 10:00～13:00

場 所：げんき館 1F 調理実習室

テーマ：家康公の健康長寿を参考にし、岡崎の食文化を味わう

メニュー：もち麦ごはん、三根五菜のあつめ汁、秋の白和え

鶏肉と法性寺ねぎのひきずり、なすのポン酢浅漬け、心のやき



対象者：岡崎在住の方

定 員：20人（抽選）

参加費：800円（材料代 資料代）

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん、筆記用具等

申込方法：氏名・年齢・住所・電話番号を記入し、

次のいずれかの方法でお申し込みください

①HPの申込フォーム →→

②ハガキのかた：〒444-8545（住所不要）



岡崎市保健所内 岡崎げんき館市民会議事務局「テーマ別◎食文化料理教室」係

③FAXのかた：岡崎げんき館市民会議事務局 23-5073

④げんき館に来られるかた：保健所総合受付（2階）窓口へ、

お問い合わせ先 電話 火・水・木・金 11:00～14:00 23-5073（市民会議事務局）

上記以外の平日 9:00～17:00 23-6807（保健所保健政策課）

メール jimukyoku@genki-shimi.com（返信はすぐにできないことがございます）

申込の締切日 令和 6 年 10 月 24 日（木） 抽選後 11/1(金)までに結果を連絡します。

..... き り と り 線 .....

[申込用紙] 令和 6 年 11 月 10 日（日） テーマ別◎食文化料理教室

ご住所：〒 444- 岡崎市 (☎ )

お名前： 年齢 (fax )

ご記入いただいた情報は、テーマ別料理教室のみに利用し、他には一切利用いたしません。

<http://genki-shimin.com/>