

岡崎げんき館市民会議事業（栄養サポート部会）

**栄養ステーション・調理体験とミニ講座**

**「卵、乳、小麦不使用！アレルギーに対応した食事をおいしく楽しく作りましょう。」**

**ミニ講座 ～アレルギーなぜ起きる？～**

**日時：令和7年2月15日(土)**

**10:00～14:00**

**場所：岡崎げんき館 調理実習室、市民活動室**

**参加費：800円（当日徴収）**

定員：20人（募集人数を超えた場合は抽選）

持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具【マスク着用】

申込み：ホームページ、ファックス(23-5073)またははがき(〒444-8545・住所不要)

締切日：1月30日(木)（当選結果は2月6日(水)までにお知らせします）

問い合わせ：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）



ハンバーグステーキ

みんなで楽しく作って、おいしく食べて  
ミニ講座でアレルギーについて学ぼう！



クリームシチュー



ツナパスタ



ポンデケーキ