

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 親子でクッキング



## 「お塩ひかえめでもおいしい うまみたっぷり料理に挑戦」

**日時：令和8年2月14日(土)10:00～14:00**

**場所：岡崎げんき館 調理実習室**

**対象：小学生親子 10組 20人**

**参加費：1組 1,600円 (募集人数を超えた場合は抽選)**

**持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具**



食塩には、「からだ」や「たべもの」にとってたくさんの大切な役割があります。でも、とりすぎは心配な栄養の1つです。毎日の生活に身近な食塩について楽しく学んで、家族でできる“うまみ”をいかした料理づくりに挑戦しよう！



★メニュー★

- ・もろこしうどん
- ・フライドポテト
- ・かみかみあえ
- ・チョコがけフルーツ

### 申込み

ホームページ、FAX またははがき

FAX ▶ 岡崎げんき館市民会議事務局 23-5073

はがき▶ 〒444-8545

岡崎市保健所内岡崎げんき館市民会議事務局  
「栄養ステーション」係

※申込み期限 1月30日(金)

### 問合せ

岡崎市保健所保健政策課

73-6022

岡崎げんき館市民会議事務局

23-5073