

旭川市報道依頼

各報道機関 様

発表日	令和 元年 5 月 1 4 日
発信課	保健指導課栄養係
担当者	鈴木 縁
連絡先	電 話 2 3 - 7 8 1 6
	F A X 2 5 - 1 1 5 1
	E-mail hokensidou@city.asahikawa.hokkaido.jp

分 類	☐ イベント・行事 ☐ 募集 ☐ 契約・入札 ☐ 会議・説明会 ☐ その他 (該当する分類を囲むこと。)
日 程	7 月 29 日 ~ 9 月 6 日
発表項目 (行事名)	食を育む料理教室 「野菜が主役の料理教室～おいしく減塩，からだに安心～」
概 要 (趣旨・日時・場所・内容等を記入すること。)	【趣旨】 旭川市民の野菜の摂取量の増加および減塩を推進していくため，家庭で実践しやすい手軽なレシピを数種類紹介する。 【日時】 ・ 令和元年 7 月 2 9 日 (金) 午前 1 0 時 3 0 分～午後 1 時 3 0 分 ・ 令和元年 9 月 6 日 (金) 午前 1 0 時 3 0 分～午後 1 時 3 0 分 ※ 2 回とも同じ内容です。 ※ 7 月 2 9 日のみ託児があります (1 歳半～未就学児，先着順) 【場所】 旭川市第二庁舎 6 階調理実習室 (旭川市 7 条通 1 0 丁目) 【教材費】 1 人 5 0 0 円 【内容】 「野菜入り肉みそ」を 6 つの料理にアレンジ！品数は多いですが，簡単に作ることができます。麺類の減塩術も紹介します。
添付資料	☒ 有 ☐ 無 (有・無のいずれかを囲むこと。) ※ 有の場合，資料の内容を記入すること。なお，別途冊子等の配付を希望する場合は，その旨記入すること。
報道 (取材) に当たってのお願い	
備 考	



託児あります
(7月29日のみ)

野菜 が主役の 料理教室

～ おいしく 減塩 , からだに 安心 ～



開催日時

令和元年 7月29日(月)
9月 6日(金)

いずれも

10:30～13:30

定員
各42名
(先着順)

※2回とも同じ内容です。お好きな方にお申し込みください。

対象者	旭川市民	会場	旭川市第二庁舎 6階 調理実習室 (旭川市7条通10丁目)
教材費	1人500円 (傷害保険料を含む)	持ち物	エプロン, 三角巾, 筆記用具, 手拭き用のタオル

メニュー



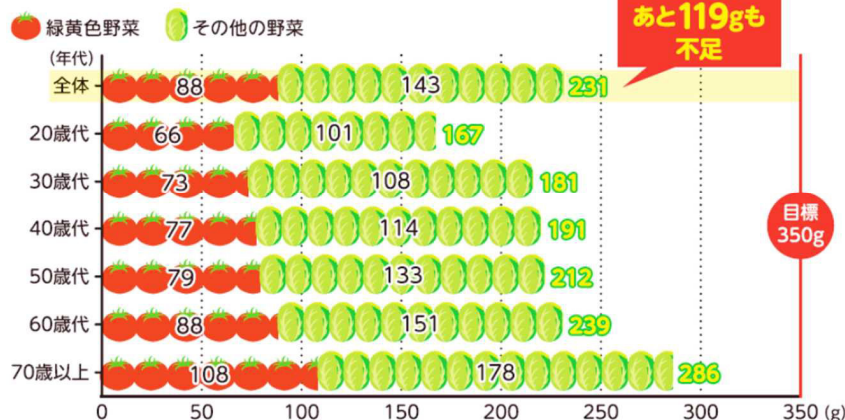
- 1 ピーマンの肉詰め
- 2 サラダ巻き
- 3 かぼちゃのオープン焼き
- 4 オープンオムレツ
- 5 きゅうりの肉みそ炒め
- 6 ミルクつゆそうめん
- 7 おひさまゼリー

「野菜入り肉みそ」を6つの料理に簡単アレンジ♪

品数は多いですが、あっという間に完成します！

麺類の減塩術もご紹介します。

旭川市民の野菜摂取量は？



旭川市民は
野菜不足

なんです!!

平成27年度
旭川市栄養調査



☆ 託児のご案内 ☆

7月29日は1歳6か月以上の未就学児を先着順で託児いたします。

希望される方は予約の際にお申し込みください。

※傷害保険料として児1人につき50円が必要です。



【託児会場】

旭川市第二庁舎 3階 健康相談室

【問合せ・申込み先】

旭川市保健所 保健指導課 栄養係

電話 23-7816

料理教室ホームページ

