



親子参加OK・抽選50名
試食あり



3 / 30 土 14:30~16:00

受付 14:00~14:30

「知らなかった！減塩の大切さと手軽さ」 吹田市×国循 食育講座

吹田市と国循で実施中の「グルメな減塩！かるしお大作戦」の取り組みの一環として減塩をテーマにした食育講座を実施します。減塩がなぜ大切か、家庭で手軽においしく続けられる減塩の手法について、給食のレシピを活用したかるしおアレンジ料理の試食やお味噌汁の飲み比べの試食をしながら楽しく学んでみませんか。

会場

夢つながり未来館（ゆいぴあ）4階 多目的会議室1・2・3

住所：大阪府吹田市山田西4丁目2番43号

阪急山田駅東改札すぐ、モノレール山田駅から徒歩3分
ご来場の際は、公共交通機関でお越しください。

費用

無料

対象

吹田市在住・在勤・在学いずれかの方

(※小学生以下の方は保護者の同伴が必要です。)

①定員を超える申し込みがあった場合は、かるしお大作戦の研究事業の対象である小学生の保護者（と子供）を優先して決定します。②子供の保育はありません。

※申込方法・詳細については裏面をご覧ください。

お問い合わせ



06-6384-2614

E-mail: ken_machi@city.suita.osaka.jp

担当：吹田市健康医療部健康まちづくり室

申込方法

吹田市電子申込システム（下記の1. または2. の方法で検索）から入力、または電話（06-6384-2614）で申込みしてください。

1. 下記の二次元バーコードを読み取る



2. 吹田市ホームページから検索

① トップ画面下部「市政→オンラインサービス」から「電子申込システム」をクリック

② 「吹田市電子申込システム(外部サイト)」の画面で検索キーワード「講座タイトル」を入力

※小学生以下のお子様と同伴される場合は申込時にお子様の人数をご記入ください。

申込期間

3月1日(金)～3月10日(日)まで

講座プログラム

14:00～14:30 受付

(ご自宅の味噌汁が適塩かどうかチェックできます。ご希望の方は味噌汁100ml程度を準備いただき、当日14:15までにお越しください。)

14:30～15:15 減塩講座「手軽に美味しく減塩をはじめよう！」減塩の味噌汁の試飲体験

15:15～16:00 給食メニュー(ガーリックツナピラフ)の試食

(学校給食でも提供されているかるしおアレンジの人気メニューです。)

講師

吹田市 健康医療部 健康まちづくり室・吹田市教育委員会 学校教育部 保健給食室 職員
国立研究開発法人 国立循環器病研究センター かるしお担当職員

注意事項

- 午前6時時点で大阪府内に特別警報・暴風警報のいずれかが発表されている場合は、開催を中止します。
- 中止の場合、電話等による連絡はいたしませんので気象情報等でご確認ください。
- 講座当日および1週間後、3ヶ月後、6ヶ月後を目処に簡単なアンケート調査を実施させていただきますのでご協力をお願いします。

主催：吹田市・国立研究開発法人 国立循環器病研究センター