



野菜（ベジタブル）を使った
時短（じたん）レシピ

毎日！おいしく！野菜を食べよう！

ベジたん料理教室



日にち 6月23日（金）

- 時 間：10：00～12：30
 場 所：保健センター2F調理実習室
 対 象：市内在住の方
 定 員：16名
 参加費：500円（材料費、資料代）
 内 容：ベジチェックを使って1日の
 推定野菜摂取量を測定
 1日の野菜摂取目標量350gを
 使用した調理実習
 持 物：エプロン・三角巾・マスク・手ふきタオル



<申込・問合せ>

泉大津市立保健センター
 〒595-0013 宮町2-25
 5月8日（月）8：45から
 電話（33-8181）または窓口で

