



### 野菜料理教室



【写真】

昨年の野菜料理教室の様子

～8月31日においしい野菜を食べませんか～ 8月31日は、「8(や)・3(さ)・1(い)」という数字にちなんで、《野菜の日》と呼ばれています。

野菜には、私たちの体に欠かすことのできない栄養素がたっぷりと含まれています。1日に必要な野菜の摂取量は、成人で350グラム以上。皆さんは十分に野菜を食べていますか？

清田区では、より多くの皆さんに野菜の効用とおいしさを知ってもらい、野菜をたくさん食べてもらうことを目的に、『野菜料理教室』を8月31日(木)に開催します。

清田産のみずみずしい野菜を使ったおいしい料理を、この機会にぜひ習得して、ご家族で健康的な食生活を送りましょう(行事の詳細は「区民のページ」4ページに掲載しています)。

**【詳細】** 健康・子ども課健やか推進係 ☎889-2400 (内線521)

主な施設と連絡先

清田区役所	平岡1条1丁目	☎889-2400
各まちづくりセンター		
○北野	北野4条2丁目	☎883-0373
○清田中央	清田6条2丁目	☎884-7187
○平岡	平岡7条3丁目	☎883-7100
○里塚・美しが丘	里塚2条6丁目	☎884-1210
○清田	清田1条2丁目	☎883-7600

清田区土木センター	平岡2条4丁目	☎888-2800
清田消防署	平岡1条1丁目	☎883-2100
清田区社会福祉協議会	(区役所3階)	☎889-2491
清田図書館	(区役所4階)	☎889-2484
清田区体育館・温水プール	平岡1条5丁目	☎882-9500
清田区民センター	清田1条2丁目	☎883-2050
豊平清掃事務所	豊平区西岡520	☎581-9153