

## 白石区しろっぴーの食育ひろば

～「白石区しろっぴーの食育ひろば」では、食育に関する講演会や料理教室等を区民の皆様提供いたします～

# どれを選ぶ？学んで味わう！ クッキングライブ

見て・聞いて・食べて・学ぶ講座

～参加者による調理実習はありません～



「もっと野菜をおいしく食べたい」  
「減塩って難しそう...」

そんなお悩みはありませんか？

食生活改善推進員が、デモンストレーション形式で  
野菜の活用術や減塩のテクニックを分かりやすくお伝えします

参加費  
無料

対象  
白石区民

定員  
24名

当日は数種類のメニューをご紹介します  
デモンストレーションの後には、  
**お好きなメニューを選んで試食タイム！**



目で見て、食べて、  
楽しく学びましょう

日時

令和8年8月28日(金)  
10:30～12:00

会場

白石区複合庁舎  
4階 講堂

申込

【申込期間】

令和8年8月3日(月)～12日(水)まで

【申込方法】

①WEB...二次元コードからホームページにアクセス

②電話...下記お問い合わせ先へご連絡ください(土日を除く9:00～17:00)

※申込者多数の場合は、初めての方を優先し、抽選させていただきます。

※申込期間終了後1週間以内に参加の可否についてご連絡いたします。

お申込み



参加者全員に  
カゴメ商品のお土産あり！

- 主催:白石保健センター(白石区健康・子ども課)
- 講師:白石区食生活改善推進員協議会
- 協力:カゴメ株式会社北海道支店



【お問い合わせ先】  
白石保健センター 管理栄養士  
TEL862-1881



SAPPORO