

鳩山町食生活改善推進員協議会主催　米料理教室事業

埼玉産米料理教室

私たち日本人の食事「日本型食生活」の主役となるお米・ごはんは、日本の気候風土に適した農産物であるだけでなく、いろいろな食材との相性が良く多様な組み合わせが可能であることや、塩分が少ないこと等、“ごはん食”のよいところがあります。

私たちが住むこの埼玉にも「埼玉生まれのお米」があることをご存知ですか？

講師を務める食生活改善推進員（以下、「食改」と表記）が考えた「埼玉産米ごはん」を中心とする“栄養満点メニュー”を楽しく一緒に作りましょう。食改のメンバーがサポートしますので、「**料理はちょっと苦手…**」という方も安心してご参加ください。

●日　時　**11 月 20 日（水）**
午前 10 時～午後 1 時（予定）

当日は“彩のきずな”試食できます！

●場　所　保健センター 栄養指導室

●対　象　鳩山町在住の方

●講　師　鳩山町食生活改善推進員

参加費 ひとり 500 円（当日集金）

●定　員　10 人（先着順）

●持ち物　上履き（スリッパ不可）、エプロン、三角巾、手を拭くハンカチ、マスク（調理時着用）など

●申込み　10 月 24 日（木）～11 月 7 日（木）までに保健センターへ（窓口・電話）

問合せ・申込み
鳩山町保健センター
電話 049-296-2530



令和 6 年 10 月作成