

# 第8回 減塩クッキング教室のご案内

～体も心も満足♪ 減塩でおいしい料理～

参加費  
無料!!

## メニュー

# お月見 塩分2g弁当(仮)

中秋の名月にぴったりのお弁当を一緒に作りましょう♪  
※変更の可能性がございます。

500kcal台  
塩分2g未満

## 内容

塩分2g未満のおいしくて満足できるお弁当を皆さんで一緒につくってみませんか♪

講師は、兵庫県立大学の澤村弘美先生です。管理栄養士の視点から減塩のポイントを伝授していただきます。

平成26年

と き : 8月28日(木) 11時～13時30分

と ころ : 兵庫県立大学 新在家キャンパス  
先端食科学研究センター 調理室★  
(姫路市新在家本町1丁目1番地22号)

※駐車場は、建物裏手にもございます。

駐車スペースに限りがございます。なるべく公共交通機関でお越し下さい。

持 ち 物 : エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

定 員 : 20名 ※抽選

応 募 受 付 : 平成26年7月1日(火)～7月31日(木)

抽 選 結 果 : 8月10日(日)頃までにお申込者様全員へ  
ハガキでご連絡させていただきます。

## お申し込み方法

電話、FAX又はメールにてお申し込みください。  
メールには下記内容を記載してください。

- お名前(ふりがな)(複数名ご参加の場合、全員)
- ご参加者数
- お電話番号
- ご住所

## 確認事項

- ・グループで調理していただきます。
- ・キャンセルされる場合はお早めに必ずご連絡ください。
- ・実習に参加されないお子様連れはご遠慮ください。
- ・やむを得ず料理教室を中止する場合があります。
- ・調理・試食風景を弊社HPに掲載いたしますこと  
ご理解・ご了承のほどお願いいたします。

### ■おだしくらぶHP《塩分2g定食》

<http://www.odashi-club.com/>

### ■おだしくらぶFacebook

[Facebook.com/odashiclub](https://www.facebook.com/odashiclub)



こちらも  
チェック!

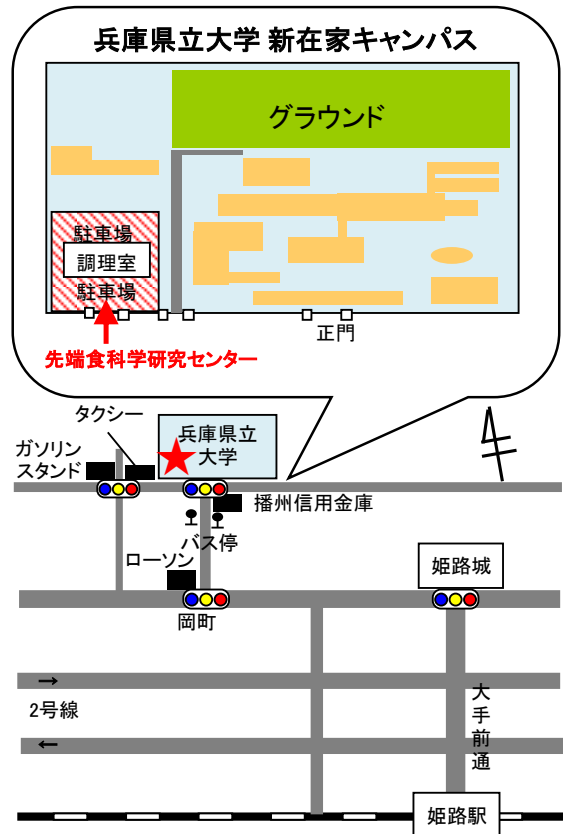
567kcal

塩分1.97g



※写真はイメージです

第7回減塩クッキング教室では、  
『ひなまつり塩分2g弁当』をつくりました。



### 【バスでお越しの方】

JR・山陽電鉄姫路駅より神姫バス

●西高前行き ●田寺北口行き ●書写ロープウェイ行き ●大池台行き 乗車

「県立大環境人間学部」下車すぐ (乗車時間約10分)

## お問い合わせ先

マエカワテイスト株式会社

前川TSH研究所

「減塩クッキング教室」係

担当 香西、飯塚、松本

TEL 0120-39-4524

FAX 0120-39-5523

[a-kouzai@taste.co.jp](mailto:a-kouzai@taste.co.jp)

【主催】 日本減塩食学会 【協力】 兵庫県立大学 環境人間学部・NPO法人コムサロン21

【後援】 マエカワテイスト株式会社 前川TSH研究所