

第10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

お花見 塩分2g弁当

500kcal台
塩分2g未満

爽やかな季節、お花見は塩分2g弁当で楽しみましょう♪
※変更の可能性がございます。

内容

塩分2g未満でも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27年

と き : 3月26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、弁当箱

定 員 : 20名 ※抽選

応 募 締 切 : 平成27年3月7日(土)

抽 選 結 果 : 3月12日(木)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!

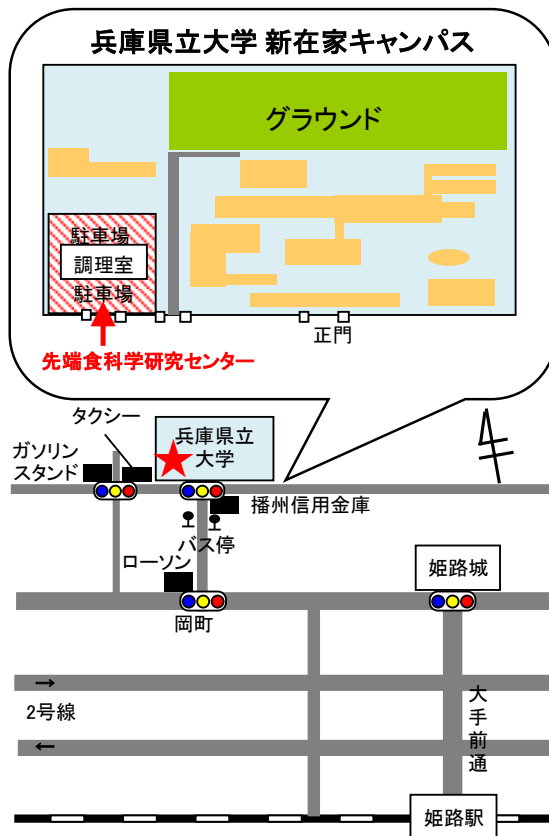
596kcal

塩分1.81g



※写真はイメージです

第9回減塩クッキング教室では、『お正月塩分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、松本

TEL 0120-39-4524

FAX 0120-39-5523

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