

泉大津・高石フリー活動栄養士会

会員募集中

入会ご希望の方は
大阪府栄養士会まで
ご連絡ください
☎06-6943-7970

私たちは、泉大津市・高石市・泉北郡忠岡町で活動している
栄養士のグループです。
食を通じて、地域の方々の健康づくりのお手伝いをしています。



お弁当作りの
料理教室も
好評です♡

会長のお気に入り、
無添加鮭フレーク

おすすめのレシピ BEST3

👑 根菜のごま味噌煮

👑 デコレーション寿司

👑 簡単肉まん

今までの料理教室で作った
メニューです。ご興味のある方は
お気軽にご連絡ください。

活動風景



～こども料理教室～

野菜たっぷり料理を楽しく
作りました



～男性中心の料理教室～

レシピ作成やお買い物の
アドバイスも行います



～保護者向け料理教室～

2019年度はカフェメニュー
アクアパッツアを作りました



～介護予防イベントへの協力～

フレイル測定会でフレイル予防
の食事チェックを行いました



～母子栄養相談～

離乳食を展示し、ママたち
の相談を受けています



～社会福祉協議会事業

「おしゃべりカフェ」～
みんなでスコップケーキを
作りました