

# 泉大津・高石フリー活動栄養士会

2020年5月からLINE公式アカウント「すぷらうと」を始めました。レシピなどの情報を配信しています。

## 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  
のお手伝いを行っています。

## 泉大津・高石フリー活動栄養士会 LINE公式アカウント「すぷらうと」

日々の食事で悩み事などありませんか？  
赤ちゃんの離乳食、子どものおやつ、家族の晩ご飯、  
作るのめんどくさいなあ、最近食欲なくて・・・  
などに役立つ情報をお届けしています。✉

お弁当作りの  
料理教室も  
好評です♡



### ご利用方法

1. 右のQRコードにスマートフォンのカメラをかざしてください。  
または、LINEの友だち追加で、ID [@116vaojs](#) を検索してください。
2. 友だち追加をしてください。「すぷらうと」との友だち登録完了です。
3. タイムラインや投稿で、情報が随時配信されます。お楽しみに♪



## 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  
アクアパッツァを作りました



### ～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