



トコロんが
レクチャー!

グルメラリーの楽しみ方

①グルメラリーの用紙をゲット!

10月23日(木)から市役所3階同室、まちづくりセンター、参加店舗、市HP(Ｑグルメラリー)でグルメラリーの用紙を入手できるよ!



②期間中に実施店舗に行こう!

食事をする時、1つスタンプがもらえるよ(飲み物のみは不可)。期間中は何店舗回っても大丈夫。参加者限定のプレゼントがもらえる店舗も! みんなはいくつスタンプがもらえるかな?



③認定証をもらって抽選に応募!

5つ以上のお店を回ると、オリジナル認定証をプレゼント♪さらに、認定証をもらった人はイタリア産ワインや参加店舗のお食事券などが当たる抽選に応募できるよ! 詳しい応募方法などは同HPをチェックしてね。



■令和元年10月25日(金)～2年2月29日(土) (スタンプ押印期間)
 ■場市内イタリアンレストラン 19 店舗
 ■問企画総務課東京オリンピック・パラリンピック総合推進室 ☎ 2998-9214

◎実施店舗の一覧や詳細は市HP(Ｑグルメラリー)をご覧ください。



食べること とっても大切!

「食欲の秋」。食に関する知識を深めて、おいしく&賢く秋の味覚を楽しみましょう!



11月17日(日)

食育講演会



どんな人でも発症する可能性がある「糖尿病」。食事面から糖尿病を賢く予防しましょう。「最近、血糖値が気になって…」というそんなあなたにぴったりの講演会です。

■11月17日(日)午後2時～3時45分

場保健センター

定申し込み先着 200 人

講女子栄養大学教授・蒲池桂子さん

申問10月28日(月)から同センター健康づくり支援課 ☎ 2991-1813 に電話・電申

11月29日(金)

食育フォーラム



生きるうえで欠かせない「食」の大切さを学びませんか? 所沢で給食が始まった当時の献立を振り返ったり、子どもたちが普段食べている学校給食を試食できたり、おいしい食の魅力を楽しめます♪

■11月29日(金)午前10時～午後1時30分

場こどもと福祉の未来館

◎会場に直接お越しください。

内①講演会②学校給食の試食会(申し込み先着 20 人)

講キューピー(株)食育活動担当講師

費② 1 食 250 円(試食代)

申問②10月8日(火)～11日(金)に

保健給食課 ☎ 2998-9249 に電話

