

<報道発表資料>

令和8年10月30日

京都市伏見区役所深草支所健康長寿推進課

食育セミナー「吉兆くんの健康クッキング ～もしものの時の食の備え～」

この度、深草支所では、災害が近年頻発している中で、区民の皆さんに安心して暮らしていただくために、食品の家庭備蓄を日常の一部として取り入れていくための食育セミナーを開催します。



【背景と目的】

近年、地震や豪雨などの自然災害が頻発し、家庭における食料備蓄の重要性が高まっています。しかし、内閣府の調査では食料・飲料水等を備えている人は46.1%にとどまり、十分な備えが浸透しているとはいえません。本セミナーでは、備蓄食品を普段の食事に取り入れる「ローリングストック」の考え方や活用方法を学び、防災意識の向上と健康的な食生活の実践につなげることを目的として開催します。

【概要】

- 日時 令和8年12月9日(水) 午前10時30分～午後1時(受付:午前10時15分)
- 場所 深草支所 3階 栄養指導室 (〒612-0861 京都市伏見区深草向畑町93-1)
- 内容 管理栄養士による講話「災害時に備えて食品の家庭備蓄を始めよう」
調理実習「吉兆くんの健康クッキング～もしもの時の食の備え～」
(献立:ごはん、さば缶とキャベツのホイル蒸し～しょうが風味～、切干しだい
こんとツナ缶のごま酢あえ、具だくさんみそ汁、さつまいものフルーツ入り茶巾)
- 対象 深草支所管内在住の18歳以上の方
- 定員 15名(申込多数の場合抽選)
- 参加費 500円(当日受付の際にお支払いください。)
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク
- 申込 受付期間:令和8年11月2日(月)～令和8年11月27日(金)
(申込多数の場合抽選 結果は11月30日(月)以降に連絡)
①ホームページ
<https://www.city.kyoto.lg.jp/fushimi/page/0000356424.html>
②電話 深草支所健康長寿推進課(075-642-3876)
(平日午前8時30分～午後5時)

<お問合せ先>

京都市伏見区深草支所 健康長寿推進課

電話:075-642-3876



深草地域マスコットキャラクター

深草うずらの吉兆くん