

<報道発表資料>

令和7年11月4日

京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課

管理栄養士と学ぶ適塩講習会の開催

京都市では、「京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プラン」に基づいて、食塩摂取量の適正化に向けた取組を行っています。

この度、京都市・京都透析食腎臓病食研究会との共催で、「カリウムをとっておいしく適塩」をテーマに、管理栄養士と学ぶ適塩講習会を開催します。

【講習会概要】

- 日 時 令和8年2月7日(土) 午前10時～12時30分（受付：午前9時30分）
- 場 所 京都栄養医療専門学校
(〒616-8376 京都市右京区嵯峨天竜寺瀬戸川町18-39)
- 内 容 調理実習（ナトカリ※を意識したレシピ）、講話
- 対 象 一般市民、健康や適塩に関心のある方、食塩制限のある方など
- 定 員 32名（申込多数の場合、抽選）
- 参加費 800円（調理実習・資料代）
- 申 込 令和7年11月17日(月)～令和7年12月19日(金)に、
HP (<https://kyoto-hdckd.amebaownd.com/>)、
健康長寿企画に電話（075-222-3424）又は
FAX（075-222-3416）からお申込みください。
- 運 営 主催：京都市、京都透析食腎臓病食研究会
共催：学校法人 大和学園 京都栄養医療専門学校
後援：一般社団法人 全国栄養士養成施設協会

※ナトカリとは

「食塩（ナトリウム）」の「ナト」と「カリウム」の「カリ」を組み合わせた言葉です。
ナトリウム（食塩）を減らし、野菜や果物などに多く含まれるカリウムを積極的にとる食事が、高血圧予防につながります。

<お問合せ先>

京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課

電話：075-222-3424