

# 季節の家庭料理教室

料理初心者の方を対象に簡単にできる栄養豊富で健康的な家庭料理を作ります。

メニュー内容

- ① 魚の味噌煮
- ② しいたけの和え物
- ③ ひじきと蕎麦の和風サラダ
- ④ 根菜豆乳汁



申し込み締切: 2月17日(月)まで**必着**  
 (申し込み方法) 直接窓口、TEL、FAX、郵送、メールのいずれかの方法で下記の必要情報を「市民交流センター」までお申し出ください。  
 平日夜間(午後5時半-9時)・土・日・祝はFAX・メールのみの受付となります。

- ・ 郵送 〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町 4-3-1  
堺市立健康福祉プラザ 市民交流センター
- ・ 電話 072-275-5017
- ・ FAX 072-243-0330
- ・ Email [simin-kouryuu@sakai-kfp.info](mailto:simin-kouryuu@sakai-kfp.info)

※裏面の注意事項もお読みください

開催日: 令和7年3月1日(土)  
 時間: 午前10時~正午  
 ※進行状況によって、終了時間は変動します  
 場所: 堺市立健康福祉プラザ4階クッキングルーム  
 定員: 8名(※申し込み多数時抽選)  
 対象: どなたでも  
 費用: 600円  
 持ち物: エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具  
 ※マスク着用推奨  
**※最下段の【確認事項】を必ずご確認ください、  
をいれてください。**

切り取り線

## 季節の家庭料理教室 申し込み用紙

フリガナ			
氏名		年齢	
フリガナ			
住所	〒	—	
TEL	( ) —	FAX	( ) —
障害の有無	( ある ・ ない ) ※該当する方に○をつけてください		
	障害名、等級などを記載してください。 ( )		
※上記の方が以下の項目①・②のいずれかに当てはまる場合は、介助者の氏名をご記入ください。(1名のみ) ①障害があるため、1人での作業が難しく、協力して行う必要がある場合 ②小学生以下の低年齢のお子様 ※介助者も食事希望される場合は、別途参加費(600円)を頂きますので、下記に☑を入れてください。			
フリガナ		食事の希望	<input type="checkbox"/> 希望あり(別途、600円必要) <input type="checkbox"/> 希望なし
介助者氏名			
【特記事項】	※特に配慮を要する場合は、具体的にご記入ください。 手話通訳・要約筆記が必要な場合は、申込時にお申し出ください。		

【確認事項】※必ずご確認ください、下記に☑をいれてください。

- ①当選者にのみ、2月25日頃までに参加決定通知文を郵送します。落選者には結果通知は郵送いたしません。
  - ②当選決定後に辞退される場合は、2月26日(水)までに連絡してください。それ以降の辞退の連絡は材料代をご負担いただく場合があります。
- ①・②について、了解しました



## 注意事項（※必ず、ご一読ください）

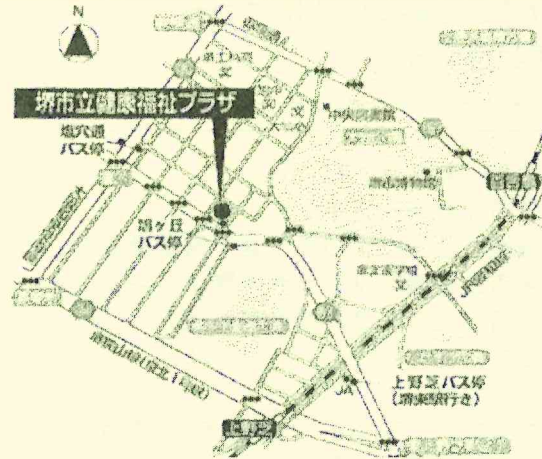
- ①申し込み用紙にご記入いただいた個人情報ならびに主催者が撮影した写真・映像等は、個人情報保護関係法令を遵守し、参加調整事務及び当センターの情報誌、ホームページの掲載、健康福祉プラザにおける事業報告の掲示のみに使用し、それ以外の目的には使用致しません。
- ②参加費については、初回時に全額をいただきます。分割や後日払いはできません。一度、頂戴いたしました材料費につきましては、返金は致しません。
- ③小学生以下の方が参加される場合は、保護者の同伴が必要です。
- ④万が一、御怪我をされた場合、保険証が必要になる可能性がありますので、教室参加時にはご携帯ください。（写しでも可）
- ⑤「対象」が「どなたでも」の教室で、申込多数の場合は、障害のある方を優先致します。
- ⑥2月26日（水）までに連絡なく欠席された場合は、材料費をご負担いただきます。当選後にキャンセルされる場合は、速やかに市民交流センターまでご連絡ください。
- ⑦メールまたはFAXでお申し込みの方は、申込締切日までに受付確認のご連絡を致します。万が一、届かない場合は、受付が完了していない可能性があるため、お問い合わせください。また、市民交流センターからのメールを受信できるメールアドレスにて、お申し込みください
- ⑧申込多数の場合は、抽選となります。当選者におのみ、2月25日頃までに市民交流センターから参加決定通知文を郵送いたします。落選者には結果通知は郵送いたしません。
- ⑨障害や小学生以下の低年齢のため、介助者を必要とする場合は、1名のみ介助者として同行することができます。
- ⑩ご家族やお友だちと一緒に受講を希望されても、別々での抽選となります。
- ⑪私事都合や体調不良等で、お休みされた場合の作品制作や材料のお渡しは致しません。

## 交通アクセス

- JR 阪和線「百舌鳥」駅下車西へ1.4km
- JR 阪和線「上野芝」駅下車西へ1.3km
- 南海高野線「堺東」駅より
  - 南海バス(泉ヶ丘駅行き)乗車「旭ヶ丘」バス停下車すぐ
  - 南海バス(光明池駅行きなど)乗車「塩穴通」バス停下車南東500m

## 有料駐車場（地下1階）

60分/100円  
 (最大料金600円)  
 ※ただし、一時間までは無料  
 ※障害者手帳所持者等は無料



## お申込み・お問合せ

堺市立健康福祉プラザ 市民交流センター

住所: 590-0808 大阪府堺市堺区旭ヶ丘中町4-3-1

電話: 072-275-5017 Fax: 072-243-0330

E-MAIL: simin-kouryuu@sakai-kfp.info

## プラザの事業をサポートしていただけるボランティアを募集しています！

健康福祉プラザでは、スポーツセンターの教室や市民交流センターのイベント、生活リハビリテーションセンターの訓練などをサポートしていただけるボランティアを募集しています。ぜひご協力ください！

## センター職員記入欄

ご一緒に受講希望する方 （※その方の申請書も ご提出して頂いて下さい。）	お名前	
上記の方が落選して、 ご本人が当選した場合	<input type="checkbox"/> そのまま当選を希望します <input type="checkbox"/> 一緒に落選にしてもかまいません	
その他、特記する事		
受付日時と方法	月      日      時	<input type="checkbox"/> 直接 <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> Fax <input type="checkbox"/> Email
受 付 者 名		