



くらしに役立つ講座

二次元コードからホームページにお入りください→



美味しく時短！冷凍食品を活用しよう

この講座では、身近な冷凍食品の基礎知識を中心にその安全性、生鮮食品と比べたときの鮮度や栄養価の違い、冷凍食品活用のヒントなどを紹介します。
※実際の調理や試食などは行いません。

※本講座は撮影を行います。撮影した映像は、ケーブルテレビの番組（約14分）として放送され、YouTubeでも配信される予定です。あらかじめご了承ください。

日 時 令和8年1月26日(月) 14時~15時30分

会 場 竜泉福祉センター「いきいきてらす」
2階201研修室(台東区竜泉 2-10-5)

講 師 一般社団法人日本冷凍食品協会 広報部長 三浦 佳子 氏

対象　区内在住・在勤・在学の方

定 員 30名(申込先着順)

託児 対象／6ヶ月から就学前まで
定員／2名(申込先着順)
託児申込締切／1月19日(月)

申込方法 電子申請または電話でお申込みください。



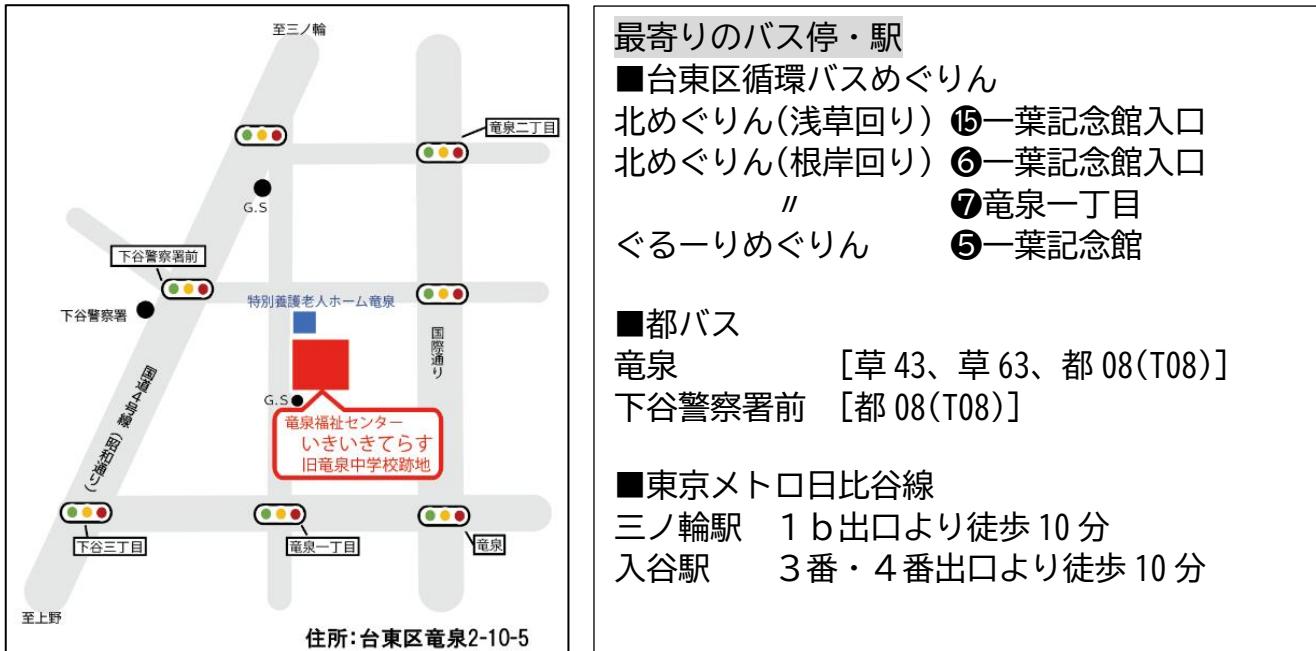
＜申込・問い合わせ＞台東区役所くらしの相談課 電話03(5246)1144

回覧

電子申請でのお申込み	二次元コードからくらしに役立つ講座のページにお入りいただき、お申し込みください。 または、台東区公式ホームページ(http://www.city.taito.lg.jp/)から下記の順番に遷移し、お申込みページにお入りください。 暮らし・手続き》消費生活》講座のお知らせ》くらしに役立つ講座
電話でのお申込み	お名前・住所・電話番号をお伝えください。 託児サービスのご希望があればお申し出ください。 台東区外にお住まいで台東区内に在勤・在学の方は、勤務先・通学先をお伝えください。 くらしの相談課消費者担当 電話 03(5246)1144
託児サービス(2名まで)	対象は生後6か月から就学前までです。 ご希望の場合は、講座の7日前までにお申込みください。

※お送りいただいた個人情報は、講座目的以外には使用いたしません。

【龍泉福祉センター「いきいきてらす」地図】



講座ご参加の皆様へのお願い

基本的な感染症対策へのご協力をお願いいたします

【当日の講座参加について】 以下の事項に当てはまる方は、ご参加をご遠慮願います。

- ・37.5度以上の発熱（または平熱比1度超過）のある方
- ・咳、のどの痛みなど風邪の症状がある方

問合せ 台東区役所 くらしの相談課 消費者担当

〒110-8615 台東区東上野4-5-6 電話 03(5246)1144