

減塩だっておいしい!

野菜たっぷりで満足♪



# へら塩ベジうべ チャレンジ

○ へら塩ベジうべ かんたんレシピ調理・試食  
※試食のみも可能

○ 講話「へら塩ベジうべ作戦を始めよう」

食生活改善推進員  
がサポートします!

## 対象

調理・試食を希望する市内の自治会、団体、企業

## 申込方法

- ・自治会や所属、グループ単位で申込
- ・申込書(裏面)に記入 または 電話にて、実施希望日の1か月前までにご連絡ください。

## 注意事項

- ・会場は申込団体で設定。実施スタッフがお伺いします。  
※調理環境がない場合は、ふれあいセンター等をご活用ください。
- ・材料費や会場費等かかる経費は参加団体の負担となります。  
費用例) 10人参加、レシピ2つ、1/2人前試食  
→材料費1人400円程度
- ・最終受付:令和5年12月まで

## 申込・問合せ先

### 宇部市健康増進課(保健センター)

〒755-0033 宇部市琴芝町二丁目1-10  
TEL(0836-31-1777) FAX(0836-35-6533)  
メール(hose@city.ube.yamaguchi.jp)



令和5年4月作成

宇部市では、塩を減らす「へら塩」と野菜をもっと食べる「ベジうべ」のへら塩ベジうべ作戦に取り組んでいます。



# へら塩ベジうべ チャレンジ 申込書

申込団体	団体名						
	住所	〒					
	担当者氏名						
	連絡先	TEL					
FAX							
メール							
実施希望日	(第1希望)	月	日	時	分	分	
	(第2希望)	月	日	時	分	分	
実施場所							
参加予定人数	人						
調理について	調理あり / 試食のみ						
連絡事項	(団体の特徴や年齢層、聞きたい内容などご記入ください)						

実施希望日の1か月前までにご提出ください。  
 ご不明な点がございましたら表面問合せ先にご連絡ください。