

障害者のための料理教室

～簡単・時短メニューで楽しくクッキング～

皆で交流しながら、料理を作って食べる楽しい時間を過ごしましょう。3回連続の講座で、電子レンジと缶詰を活用し、時短で簡単に作れる料理を作ります。作った料理は調理後、その場で召し上がっていただきます。



メニュー内容

- (1月) 鶏じゃが煮、キャベツとツナの昆布和え、即席みそ汁
- (2月) サバ缶麻婆豆腐、コーンと人参の中華ナムル、レタスとワカメの即席中華スープ
- (3月) トマトシーフードパスタ、ビーンズスープ、グリーンサラダ

(申込締切) 12月15日(月)まで 必着

開催日: 令和8年1月17日、2月21日、3月21日
(全3回、すべて土曜日)

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(申込多数時抽選)

対象: 障害のある小学生以上の方(※小学生は保護者同伴)

費用: 1,500円(※3回分)

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】を必ずご確認いただき、□をいれてください。

(申込方法) 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 kyoushitsu_moushikomi@sakai-kfp.info
↑メールアドレス変更になりました

※裏面の注意事項も必ず、お読みください

障害者のための料理教室 申込用紙

フリガナ			
氏名			年齢
フリガナ			
住所	〒 一		
TEL	() -	FAX	() -
障害名	障害名、障害者手帳の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)
介助者はご本人と1人分の材料で協力して作業して頂きますので、ご了承ください。

①障害があるため、1人での作業が難しく、協力して行う必要性がある場合 ②小学生

※介助者も食事希望される場合は、別途参加費(1,500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	□希望あり(別途、1,500円必要) □希望なし
介助者氏名			

○特記事項 ※特に配慮を要する場合があれば、具体的にご記入ください。

聴覚障害があり、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】※必ずご確認いただき、下記に□をいれてください。

- ① 当選者にのみ、12月23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、1月9日(金)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 申込用紙の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、事業報告の掲示のみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。
- ② 参加費は、初回時に全額をお支払いください。（分割・後日払い及び返金は不可）
- ③ 小学生の方が参加される場合は、介助者の同伴（※1名のみ）が必要です。
- ④ 万が一、怪我をされた場合に必要になる可能性があるので、保険証をご携帯ください。
- ⑤ この教室は小学生以上の障害のある方対象の教室で、以下に該当する方が対象となります。
 - ・身体障害手帳をお持ちの方
 - ・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
 - ・特定疾患医療受給者証をお持ちの方
 - ・小児慢性特定疾患医療受給者証をお持ちの方
 - ・特別支援学校または特別支援学級に在学及び在籍されている方
 - ・高次脳機能障害と医療機関で診断されている方
 - ・発達障害（自閉症・アスペルガー症候群・ADHD・学習障害等）と医療機関で診断されている方
- ⑥ 当選確定後に辞退される場合は、1月9日（金）までに連絡してください。それ以降の辞退の連絡は、材料費をご負担いただきます。
- 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いたします。万が一、受付確認の連絡がない場合は、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、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。当選者にのみ、12月23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 障害のある方で介助者を必要とする場合は、介助者の同伴（※1名のみ）が可能です。
- ⑩ ご家族やご友人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。
- ⑫ 安全管理上及びトラブル防止のため、お子様同伴の参加はご遠慮ください。
(※当選した応募者及び介助者のみ、参加可能)

交通アクセス

- JR 阪和線「百舌鳥」駅下車西へ 1.4 km
- JR 阪和線「上野芝」駅下車西へ 1.3 km
- 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：kyoushitsu_moushikomi@sakai-kfp.info

↑メールアドレス変更になりました

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

一緒に受講希望する方の氏名 (※別々での抽選になります。 右記の方の申込書も併せて、 提出してください。)	氏名 :		
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。		
備 考			
受付日時と方法	月 日 :	<input type="checkbox"/> 直接 <input type="checkbox"/> 電話 <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> Email <input type="checkbox"/> 郵送	
受 付 者 名			