

「忙しい毎日の強いみ・か・た」で「便利でおいしい」

冷凍食品を上手に使うためのコツ

～冷凍食品は「手抜き」ではなく「手間抜き」～



冷凍食品は、栄養バランス・衛生面・安全管理もすぐれています。必要な量だけ使えます。物価高の今、上手に取り入れることで節約できるかも！？ 冷凍食品の基本と正しい利用方法を一緒にまなびましょう。

日時：2026年6月8日（月）

14:00～16:00

場所：立川市女性総合センター アイム

5階 第3学習室

講師：三浦佳子さん

（冷凍食品コンサルタント）

定員：30名（申込順）

持ち物：筆記用具

保育：5人程度

（満1才～学齢前まで）

*申込5月25日（月）正午締切

申込：立川市くらし相談課

消費生活センター係

5月11日（月）9時より

☎ 042-528-6801

主催：立川市くらし相談課 消費生活センター係

立川市消費者団体連絡会

企画・運営：立川シティクラブ

【講師プロフィール】

冷凍食品コンサルタント

三浦佳子さん



消費者・行政・メーカー・メディアを繋ぎ、また消費生活コンサルタントとして、メディアや自治体に向けた情報発信を実施しています。事故予防体制・対策の提言や問題発生時の対応アドバイスなどのコンサルティング業務に従事し、農林水産省「食品業界の信頼性向上セミナー」講師などを歴任している。

