

平成 29 年度 第 7 回ふれあい料理教室

健康は「日々の食生活からつくられる」といいます。

この教室では、「バランスの良い栄養を考えたメニュー」を調理し、試食します。

今回は基幹集落センターにて開催します。



- と き 平成 30 年 1 月 23 日 (火) 10 時 00 分から
 と ころ 基幹集落センター 調理実習室 (滝上町濁川中央)
 対 象 者 どなたでも参加できます。男性も是非ご参加ください。
 募集定員 10 名 (先着順)
 参 加 費 無料
 講 師 ヘルス芝ざくら会員
 メ ニ ュ ー 懐石風ワンプレート
 ○鶏ささみとえび 2 種の春巻き ○人参サラダ ○吸物
 ○ほうれん草ロール ○漬物 ○銀杏ご飯

※ 材料の都合により内容が一部変更になる場合があります。

- 持 ち 物 筆記用具、エプロン、タッパー等
 参加申込 1 月 15 日(月)までに社会福祉協議会へ申し込み
 ください。電話 29-3390



滝上町社会福祉協議会



この事業は赤い羽根共同募金の支援を受けています。

裏面もご覧ください