

参加者募集！！

第2回男性料理教室

食生活改善推進委員の方にご指導を頂きながら、『第2回男性料理教室』を開催します。簡単かつフレイル予防の献立です。ふるってご参加ください。

日時 2月27日(木)10:00～ 約3時間

場所 東田布施公民館 1階 実習室

会費 500円



献立 すりおろしニンジンご飯/ポークハンバーグ
白菜・鮭・サツマイモの豆乳スープ
からし酢みそ和え/ブラマンジェ・ココア

持ってくる物 エプロン・三角巾・マスク

★材料等は公民館で用意します。

講師 ヘルスメイト(食生活改善推進委員)のみなさん

募集人数 16人程度

参加申込 2月14日(金)まで

(公民館事務所で手続きと

会費の納入をお願いします)

注意 申し込み後は、会費はお返ししません。



お問い合わせ 東田布施公民館 TEL 52-3786