

回 覧

健康料理教室

安全・簡単・お手軽



野菜を手軽に美味しく食べよう！

電気炊飯器をつかった健康料理教室です！お鍋についていなくてもスイッチを入れればできる煮物、季節の野菜を沢山食べてみんなで健康になりましょう★

12月13日（土）

9：00～12：00



会 場：豊平地区コミュニティセンター

調理室

持ち物：エプロン・マスク・三角巾

参加費：無料

定 員：先着20名

ご家族・ご近所
ご友人誘い合って
みなさんでご参加
ください！



健康メニュー

- ◇季節の野菜の煮物
- ◇浅漬け
- ◇サラダ
- ◇きなことごまのおはぎ

準備の都合上、12月8日(月)までに申し込み先までご連絡ください。

問い合わせ・申し込み

豊平地区コミュニティセンター

でんわ 71-1604

主催：豊平地区健康連絡委員会

共催：豊平地区ボランティアの会