

〇〇の おとも

🍱ごはん 🍷お酒 🍵お茶

冷蔵庫の残り物を使って何かつくれないかなあ～。そんなときのアレンジ、パパッと美味しく健康的な料理をいっしょに作りませんか！！ **メニューは、お楽しみ**



第1回	7/5(水)	10時～12時
第2回	10/5(木)	10時～12時
第3回	2/2(金)	10時～12時

場 所：風早地域センター 2階 調理実習室

講 師：横田 文江 さん

材料費：自己負担 300円/回

定 員：15名（連続、単発OK）

対 象：**高齢者（65歳以上）**

持参物：エプロン・三角巾・ハンドタオル

申込み・問合せ

風早地域センター

TEL/FAX 0846-45-0023

窓口