



自然食キッチン

添加物に頼らない安心安全な食生活を目指します

- 内容：* 役立つ知識をお伝えします
- * 簡単な調理実習をします
- * 皆でおいしくいただきます



7月開催の様子

日時：毎月第2水曜日 12:00~13:30

7/12・8/9・9/13・10/11・11/8・12/13

1/10・2/14・~~3/14~~3/12 (月)

会場：上笹下地域ケアプラザ 調理室

対象：どなたでも 子育て中の方も是非

定員：各回 15人

申込：必要 締切：開催日の前の週の金曜日

参加費：1回 800円

持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具

講師：食生活アドバイザー 阿部夏織 先生

申込・お問合せは…

上笹下地域ケアプラザ ☎769-0240

氷取沢町 60-17



参加者募集中！
まずはお問合せください。

