

健康料理教室（後期）

旬の食材を上手に取り入れた、健康な体づくりのための料理を作ります。
 生活習慣病の予防に食生活が大きくかかわってきます。
 楽しく作って、おいしくいただくことで、「食」の大切さを学びます。
 いろいろな料理にチャレンジして、レパートリーを増やしましょう!!

日時 10/28・11/25・12/23・2/24・3/24（全5回）
 毎月：第4水曜日・10:00～13:00

場所 木屋瀬地域交流センター 調理室

定員 8名（応募者多数の場合は抽選となります）

材料費 2,500円（5回分）

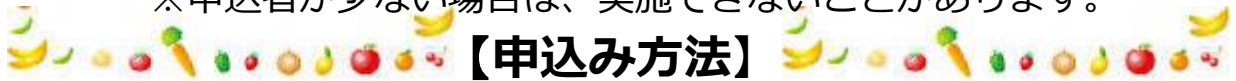
※第1回目に持って来てください

持ってくる物 エプロン・三角巾（又はバンダナでもOKです）・マスク



欠席の際の材料費はお返しできませんので、ご了承ください。

※申込者が少ない場合は、実施できないことがあります。



【申込み方法】

往復はがきに必要事項を記入のうえ、当センター宛にお申し込み下さい。

申込締め切り **10月15日（木）到着分まで**

〒807-1262 木屋瀬 地域交流センター	北九州市八幡西区 野面一丁八三五	何も記入しない いでください
------------------------------	---------------------	-------------------

返信 氏名 住所	申込者の 郵便番号 住所	⑥ 駐車場の使用有無 （有・無） ④ 住所 ⑤ 電話番号 ② 氏名 ③ 年齢 ① 講座名 「健康料理教室」
----------------	--------------------	----------------------------------------------------------------------------

【問い合わせ先】

北九州市立 **木屋瀬地域交流センター**

北九州市八幡西区野面一丁目8-35

電話 617-7980

(月～金) 9:00～22:00
 (土) 9:00～17:00 担当：田村

