

からだが整う料理教室

季節ごとの旬の野菜を使って、いつもの調味料でつくる料理です。

栄養バランスが良く、消化しやすいごはんで、からだを整えましょう。

日 時：10/28・11/25・12/23・1/27 2/24 3/24（6回）

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：12名

材 料 費：3,600円(6回分) ※ 第1回目に集めます。

持 っ て く る 物：エプロン・三角巾またはバンダナ



【申込み方法】

往復はがきに以下の事項を記載し、木屋瀬地域交流センターまで郵送してください。

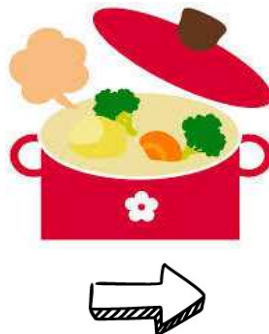
記載に不備がある場合は無効といたします。

① 講座名「料理教室」

②住所 ③氏名 ④ 年齢 ⑤電話番号

往信面

〒807-1262 八幡西区野面 1丁目8-35 木屋瀬地域交流 センター宛	※何も記入しない ください
--	------------------



返信面

申込者 〒 住所 氏名	講座名 〒 住所 氏名 年齢 電話番号
----------------------	---------------------------------

【注意事項】

※ 申込み締め切りは10月14日(水)です。(当センター必着)

※ 応募者が多数の場合は抽選になります。

※ 応募者が少ない場合は実施できないことがあります。

※ 欠席の際の材料費はお返しできません。

※ スマラく窓口でもお申込みできます



【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1-8-35 ☎ 617-7980

月曜日～金曜日 9:00～22:00 土曜日 9:00～17:00

担当：河井