

第1弾 夏バテしないスタミナ料理

パワーアップごはん塾

梨入三色豚巻き

ちょっと変わった
白あえ

夏バテ予防
ポタージュ

甘酒寒天



開催日 7月24日（木）10：00～13：00
場所 中恵土地区センター 料理室
講師 佐津川 俊介（健康増進課主任栄養士）
参加費 800円 / 募集人数 先着16人
持ち物 エプロン マスク 三角巾
ふきん2枚 水分補給用飲料水
応募期間 7月1日（火）～7月16日（水）



＼申込先はこちら／
中恵土地区センター
窓口・電話、または二次元コード
TEL 0574-62-8722

