

各 位



平成28年5月吉日

鷺山自治会連合会  
社会福祉協議会鷺山支部  
食生活改善推進協議会

平成28年度第1回

家族で集う

# 「男の料理教室」開催のご案内

食を通して健康的な体づくりをめざして10年の歳月がたちましたが “地球に優しい料理づくりを” のテーマで、再度岐阜市循環型社会推進課の方のお話を聞いて、生活に活かしていこうと思っております。

テーマ

一人でも多くの方のご参加を、お待ちしております。

内 容 : お米を研ぐことから始めて、簡単でおいしい料理を作ってみよう。

(レシピ) ふわりと握る “塩おにぎり”

肉じゃが…… キャベツスープ…… 夏野菜のかんたん漬物

(材料費) 500円以内(当日実費をいただきます)

(定 員) 30名(定員になり次第締め切ります)

(締切日) 平成28年5月31日(火)

(申込先) 梶浦:FAX・TEL058-233-3100 岩田:FAX・TEL058-231-4088

※持ち物

各自持参してください

- ・ エプロン ・ 三角布
- スリッパ\*

日 時 平成28年6月18日(土)

午前10時00分～13:00

場 所 岐阜市鷺山北町9-12

鷺山小学校3階実習室

※ お知らせ : 28年度も年3回を予定しております。3回目は、出張料理人を講師に、本格的なそば打ち体験を予定しております。

2回目:9月下旬 北市民健康センター……乳製品を使用した減塩料理

3回目:12月10日(土) 鷺山小学校3階実習室……そば打ち体験

……きりとりせん……

家族で集う「男の料理教室」参加申込書

お名前 ..

住 所 ...

電 話 ...

※ FAXの場合は、この用紙に記入のうえ送信ねがいます。