

食生活改善推進員による

参加者
募集!

秋の健康料理教室

☆☆「食事バランスガイドを使って簡単にバランスをとろう」☆☆

- 【日 時】 令和8年10月20日（火）
午前10時～12時頃まで
- 【場 所】 下大野市民センター 調理室
- 【会 費】 300円 当日徴収
- 【募集人数】 15名
- 【持ち物】 エプロン・三角巾・マスク・筆記用具
- 【募集受付】 令和8年10月1日（木）～15日（木）

～ ⅥメニューⅥ ～

【災害時のためのポリ袋調理】

Ⅵトマトクリームパスタ

Ⅵポン酢ピクルス

Ⅵ干し芋蒸しパン

Ⅵ豆乳ラッシー



共催 食生活改善推進員下大野支部・下大野市民センター

【申込み連絡先】下大野市民センター ☎029-269-1288

（平日 午前9時～午後5時）

