

からだにやさしい野菜たっぷり料理をつくろう!



12月14日(土)

10:00~



子どもから大人まで誰でもおいしく食べられるお料理教室♪



一緒に楽しく作りませんか?

お父さんやお母さんと一緒に参加できます!



まちパス25P

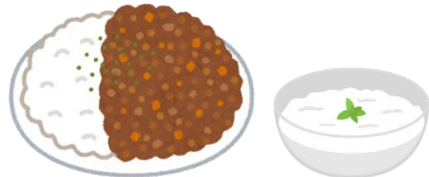
小学生は
「まちパスシール」を
もらえます♪

【メニュー】

*お野菜たっぷり和風キーマカレー

*ホットマスタードピクルス

*にんじんのヨーグルトムース



ところ：光交流館 実習室

講師：光学区食生活改善推進員

材料費：300円

定員：16人程度

持参物：エプロン、マスク、三角巾、ふきん、筆記用具、(シューズ：児童)



*小学4年生以下のお子さんは
おとな(保護者)といっしょにご参加ください。

申込み・問い合わせ

光交流館：☎925-4258

*締切り：12月10日(火)



申込みフォームからも
申込み可能です。

主催：まちづくり推進委員会／福祉を高める会