



こども料理教室



なつやす りょうりきょうしつ ひら
夏休みこども料理教室を開きます。

ともだち からだ りょうり
お友達をさそって、体によくておいしい料理を

つく た
作り食べましょう。～義方地区食生活改善推進員会～

<メニュー>

-  夏野菜と豚肉の南蛮丼
-  きゅうりとトマトの和風サラダ
-  みかん牛乳プリン



< テーマ >

『丈夫な骨の作り方』



- 日 時 8月5日(月) 10:00～13:00頃
場 所 義方公民館 1階 講習室
先 生 食生活改善推進員さん、ボランティアさん
参加費 300円 (当日持参してください)
持ち物 エプロン、三角巾、ハンカチ、水分補給用の水筒
筆記用具、上靴
定 員 16人(先着順) *小学4年生以上
◆定員になったら、しめきります。
申込み 申込み用紙を義方公民館まで持って来てね(o^-^o)
お問い合わせ先 (☎ 34-4371) ※電話での受付はできません
しめきり 7月19日(金)



手伝いしてくださる大人の方を若干名募集しています

時間：9時～14時まで

受付・連絡先：義方公民館 TEL 34-4371 e-mail gihoh@chukai.ne.jp

.....き り と り.....

こども料理教室申込み

学 年	な ま え	電話番号	備 考

(お願い)こども料理教室当日の様子を「公民館からのお知らせ」「公民館報」に掲載する場合があるため、写真を撮りたいと思います。ご協力をお願いいたします。撮影や掲載に不都合がある方は、備考欄にその旨をご記入ください。

