

クッキング教室のご案内

当会で学んでいる健康づくりのための食事や、調理のアイデアなどを地域の皆さまにも体験していただくために「クッキング教室」を開催します。

どなたでもお気軽にご参加ください♡

12月 15日（月）

● 場 所 木祖村 保健センター

● 時 間 昼の部 10:00～11:30
夜の部 18:00～19:30

● 内 容 長野県立大学、松本大学で栄養学を学ぶ学生さんのアイデアを取り入れた
栄養バランスアップのメニュー

すんき も使います

● 持 ち 物 エプロン・三角巾（バンダナ・手ぬぐい）

材料費 300 円

● そ の 他 作った料理は試食をします
ご都合により、持ち帰りもできます



◆ 主 催 木祖村食生活改善推進協議会（食改）^{しょっかい}

食のボランティア活動をしているグループです

◆ お申込み・お問合せ

食生活改善推進協議会 会 長 奥原【電話36-2102】

事務局 田中【電話36-2001】（木祖村役場 住民福祉課内）

◆ 申込み期限 12月 5日（金）

こちらからも お申込みいただけます→

