

お待たせしました！
再開します！！

～「旬の食材」で健康維持～



令和2年度

キッチンサロン

「旬の食材」は、おいしく、安く、栄養も満点です。
講師の指導のもと、簡単に楽しくお料理しませんか？ 「簡単・おいしい・ワンコイン」のキッチンサロンです。男性の参加も大歓迎です♪

- ★日時 令和3年1月15日、2月5・19日、3月5・19日
(第1・3金曜日) 全5回 午前10時から正午まで
- ★会場 作野福祉センター 1階デイルーム・厨房
- ★対象 市内在住60歳以上の方、障がいのある方、地域福祉活動に関心のある方
- ★講師 第1金曜日 吉田 増男 氏 (パティシエ)
第3金曜日 小瀧 由美子 氏 (栄養士)
- ★申込 12/2(水)午前9時より 参加費を添えて申込み 先着順
(受付は各日午後5時まで 電話不可、各回ごとの申込は可)
※実施日の2週間前以降のキャンセル・返金はできません。
- ★持ち物 マスク・エプロン・三角巾 (バンダナでも可)
ふきん・持ち帰り用タッパー
※サロン内での試食はできません

	内 容 (「旬の食材」：メニュー)	定員	参加費
① 1/ 15	「レンコン」「ほうれん草」：手作りライスピザ	10名	500円
② 2/ 5	「小松菜」：彩り豊かな小松菜マフィン	10名	500円
③ 2/ 19	「キャベツ」「ねぎ」：手作りシューマイ	10名	500円
④ 3/ 5	「りんご」「柊イモ」：リンゴとキウイのパイ包み	10名	500円
⑤ 3/ 19	「玉ねぎ」「菜の花」：キッシュ	10名	500円

◎コロナウイルス感染症拡大予防のための対策を取りながら実施させていただきます。

◎日程を変更・中止する場合があります。



問い合わせ先 作野福祉センター：TEL 72-7570