

「忙しい人のための健康おうちご飯教室」 ～食材の力で健康や美容を手に入れよう～

日時

●令和6年12月1日(日)9:30～12:30

場所

朝日町公民館 1階 料理教室

講師

西古屋 由美子 先生

自然派料理講師 国際薬膳師 野菜ソムリエ 調理師 食生活アドバイザー

テーマ

免疫力を高めるかんたん料理

参加費用

1,500円(材料費)

定員

16名(定員を超えた場合は抽選とします)

持ち物

エプロン、三角巾、手拭き、ふきん、筆記用具

※3月にもテーマを変更して開催を
予定しております。



●教室の様子を新聞、テレビ、広報等で取材される場合や募集チラシに写真を掲載する場合がございます。取材がある前に予め許可をいただく等の確認は行いませんので、メディアの取材にご了承いただけない方は、申込時にその旨ご記入ください。

↓ 申込用二次元コード



*お申込み・お問い合わせは下記までお願いします。

【主催】朝日町教育員会 生涯学習課(朝日町公民館)

〒510-8102 朝日町大字小向1893番地

TEL:059-377-2513 / FAX:059-377-2515

E-mail:s-kyouiku@town.asahi.mie.jp

※申込については公民館窓口の申込用紙を提出していただくか、上記の二次元コードで申込ください。【〆切:11月20日(水)16:00まで】