

[回覧]

令和7年5月吉日

朝日地区栄養改善協議会
会 長 成 本 公 子

「女性のための料理教室」開催のご案内

新緑の候、地域の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、今年度も「ベジファースト、野菜摂取350g」を推進しており
東区保健センターから2名の栄養士さんをお迎えし、講話と野菜料理中心の調理実習
を計画しております。

健康増進のためにも私たち栄養委員と一緒に調理してみませんか？
大勢の方のご参加をお待ちしております。

記

日 時	令和 7 年 6 月 11 日 (水) 午前 9時30分 ~ 12時
場 所	朝日コミュニティハウス
内 容	東区保健センター栄養士の講話 メニュー 牛肉とごぼうのちらし寿司 その他野菜料理
対象者	朝日地区在住の女性
定 員	9名程度
参加費	300円 (当日集金)
持参品	エプロン、マスク、手拭き、(三角巾はこちらにも準備しています)
締め切り	<u>令和 7 年 6 月 4 日 (水)</u>

ご希望の方は、 西方岡 成本公子までご連絡ください。

☎; 090-22994521

☎; 947-0316