



しっかり食べて美しく

食材の栄養などを知り、正しい調理方法や、調味料の見極め、食材選びなどの知識を高めます。しっかり食べることで内面から美しくなりましょう。
発酵食品をふんだんに使った簡単料理・試食あります。

2018年 **11**月**29**日(木)

10:00~12:30

会場 ハーツつるが 組合員集会室 オアシス

講師 料理アドバイザー 清水 知美さん

参加費：500円(軽食付)
持ち物：筆記用具・エプロン・三角巾・手拭タオル
対象者：食育に関心のある組合員さん
定員：20名(先着順)
託児：お子様1人につき300円(要予約、先着順)

簡単な調理実習で正しい調理の仕方を実践し、その後はみなさんで美味しくいただきます。



お申込み・お問い合わせ

県民せいきょうコールセンター
0120-016-165

<受付時間>

平日 午前8:30~午後8:00

土曜 午前9:00~午後5:00

