

お父さんのための簡単料理教室

～ 若いも若きもぜひ参加してみましよう～



のらぼうサラダ

お父さんが料理に関心を持ち、
自分で作る楽しみを味わって
もらえるような簡単で美味し
い料理作り！



鳥ひき肉の五目丼

- ◇日 時 2016年1月24日(日) 午前10時～12時30分
- ◇場 所 中央公民館 調理室
- ◇講 師 めざせ健康あきる野21推進協議会 食育推進班
- ◇内 容 「鳥ひき肉の五目丼」と「のらぼうサラダ」
- ◇対 象 市内在住、在勤、在学の方
- ◇定 員 20人(定員を超えた場合は、抽選)
- ◇費 用 500円
- ◇持ち物 三角巾(バンダナでも可)、エプロン、手拭き

◇申込み方法：12月25日(金)(当日消印有効)までに、往復はがきに事業名「お父さんのための簡単料理教室」、郵便番号、住所、参加者全員の氏名、年齢、電話番号、料理経験の有無を記入し、郵送してください(返信用表面にも必ず返信先を記入)。

※はがき1枚につき申込者2人まで

◇申込み・問合せ：中央公民館(〒197-0814 二宮 683、直通 559-1221)