

第1回

新田地区センター共催

イキナ **粋**な男の料理教室



令和6年**8月29日**（木）**10:00~12:00**

新田地区センター **3階料理室にて**

講師：桑原 史 氏

（横浜共生会横浜らいず 管理栄養士）

【講座内容】

・ためになる栄養のお話

・調理実習（個人での調理です）

- ① 巻き巻きしましょう
ロールキャベツ♪
- ② ポテトチーズ焼き
- ③ トマトとわかめのサラダ

受付：令和6年8月1日（木）

9時より開始

定員：先着 **8** 名

参加費：700円（当日お持ちください）

持ち物：エプロン・三角巾・マスク
調理したものを入れる容器

※3品分の汁が漏れない容器をご持参下さい

第2回は
10月31日（木）の
予定です！！

【お申込み・お問合せ】

新吉田地域ケアプラザ

新吉田地域ケアプラザ
マスコットキャラクター
ニコニコっち



045-592-2151