

# 受講生募集 栄養教室

健康寿命を延ばす食生活についての講話と簡単手作り料理をしましょう！

日 時 6/9, 7/21, 8/18, 9/8 (火曜日) 全4回  
10時00分～12時00分



場 所 浜松市ふれあい交流センター可美 1階 栄養指導室  
浜松市中央区増楽町1645-1 電話 (053) 440-0571  
FAX (053) 440-0572

講 師 柳田美智子 先生

定 員 7人

対象者 60歳以上の市民

受講料 材料費として3600円(1回につき900円×4回) 初回に集金

持ち物 マスク、エプロン、三角巾、ハンドタオル、筆記用具、布巾、スリッパ

受 付 5月7日(木)～5月21日(木) 電話又はFAX、事務所窓口でお申込み  
ください。応募者多数の場合、抽選となります。結果は、後日ご連絡させて  
いただきます。

回	開催日	学 習 内 容
1	6月 9日 (火)	鶏むね肉のタリアータ 等
2	7月21日 (火)	サバの変わりみそ焼き 等
3	8月18日 (火)	カレービビンバ 等
4	9月 8日 (火)	災害食 (パッキング)

※利用証のない方は、年齢・住所が証明できるもの(免許証、保険証等)をご持参いただき  
利用証の申請をお願いいたします。

切り取り

栄養教室 申込用紙				
ふりがな 氏 名		年 代	利用証 ※No.	
住 所	区	☎		