

受講者募集

シニアの 料理教室



日 時 : 11月27日(金) 午前10時～正午

テーマ : 普段の食事で無理なく対策！
「筋力アップを目指すやさしい調理」

場 所 : ふれあい交流センター湖南1階 調理室

対象者 : 市内在住の60歳以上の方

定 員 : 5人(応募者多数の場合は抽選)

講 師 : 管理栄養士 岩崎 優子 先生

参加費 : 1,000円(材料費)

持ち物 : エプロン・三角巾・マスク・ハンドタオル

申込み : 令和8年10月24日(土)～11月20日(金)

※ 電話・FAX・Email 又は、湖南事務室まで

〈お問い合わせ〉

〒431-0203 浜松市中央区馬郡町3805-1

浜松市ふれあい交流センター湖南

TEL/FAX 053-596-1866

Email : csw-konan@helen.ocn.ne.jp