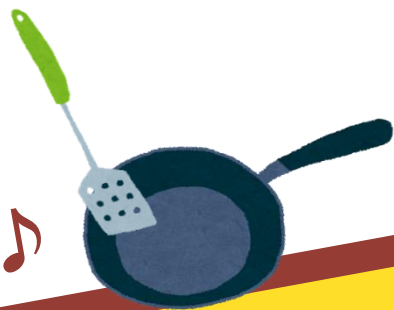


地域課題解決講座

手軽に作れて

体にやさしいメニューを伝授♪



健康寿命を伸ばすため の食事づくり



日時

10月28日(金)和食を楽しもう

11月11日(金)洋食を楽しもう

9:30~12:00

講師

管理栄養士 川上八千代さん

対象

概ね 60 歳以上の方

定員

16 名(抽選)

参加費

1,000 円(2 回分の材料費)

申込

10月15日(土)までに

東陵地区市民館窓口

又は電話、メールで申込みください



東陵地区市民館

〒440-0006 豊橋市牛川町字乗小路 32 - 31

☎ ・FAX (0532) 64-8088

✉ toryo@tees.jp

