



男性シニア ヘルシークッキング教室



日時：平成 29 年(2017 年)2 月 20 日 (月)

10:30~13:30

場所：豊中市すこやかプラザ 2 階 調理実習室
(豊中市岡上の町 2-1-15)



講師：豊中地域活動栄養士会 トウデイ

内容：手軽に作れるヘルシー料理 (参加費：1,000 円)

対象：市内在住の 60 歳以上の男性

定員：16 名 (先着順)

❖初めて参加される方を優先させていただきます。

❖電話にてお申し込みください。☎6848-1000



持ち物：エプロン,三角巾,手拭用タオル

共催：中部保健センター

☆メニュー

- ・魚と野菜のガーリック焼き
- ・ブロッコリーとウドのキウイソース
- ・具だくさん豚汁
- ・ごはん

☆メニューは、変更になる場合があります。



【問合せ先】

(社福) 豊中市社会福祉協議会 ボランティアセンター
(豊中市岡上の町 2-1-15 すこやかプラザ内)

☎06-6848-1000 FAX06-6841-2388

