

『体にやさしい料理教室』

旬の食材を使って体や腸を元気にする料理作り



開催日 10月31日(水曜日)
10:00~13:00



★ メニュー ★

- ・玄米小豆ごはん
- ・具たくさん粕汁
- ・ウナギもどき
- ・豆乳くずもち など
- ・大根のゆず胡椒あえ

※メニューは変更になる場合がございます

対 象：18歳以上(高校生を除く)

募集定員：16名(先着順)

参加費：1,400円(材料費込み)

持参物：エプロン・タオル・三角巾(バンダナ)



募集期間：9/22(土)から定員になり次第終了

問合せ先 城島保健福祉センター「城島げんきかん」
久留米市城島町楢津739-1 電話 0942-62-2122
主 催 シンコースポーツ九州株式会社