

定期講座紹介シート

会場 大平市民センター	講座番号 306	部屋 2階 料理講習室	定員 20	回数 10
----------------	-------------	----------------	----------	----------

講座名 男の料理～簡単・お手軽レシピ～	講師 今泉 清子
-------------------------------	--------------------

学習目標
 バランスのよいメニューを考える
 塩分少な目をめざす
 教室で作った料理を自宅で作ってほしい

開催日時 第1・3 土曜日 9時30分～12時30分	5月	6月	7月	8月	9月	10月
	18日	1日・15日	6日・20日	3日・17日	7日・21日	5日
	11月	12月	1月	2月	3月	/

定員未達の場合の途中から受講	可 ・不可	受講料 500 円	教材費 6,000 円
----------------	--------------	---------------------	-----------------------

講師からのPR

<ul style="list-style-type: none"> ○教材費の内訳 当日料理の材料 ○用意していただく物 筆記用具 エプロン ふろし敷2枚 三角布 手ふき ○持ち物については初日に説明します 当日作った料理は原則持ち帰り禁止です ○自己紹介 食生活改善品議 養成講座終了 けんろ館他で料理教室 各市民ホームで男性高齢者教室等 ○講座内容 初日 初回エンターション 初2日 朝食メニュー 初3日 参加者の方にお会いして決めます 	<p>○ひとことPR 「私達の健康は私達の手で」をスローガンに食の大切さと食改の養成講座を勉強して活動としています 楽しく作っておいしく食べると目標に作る事を楽しみ、家族に喜んで食べてもらうけれど、皆が一箱にはじめましょう 皆さんにお会いできるのを楽しみにしています</p>
--	--