

定期講座紹介シート

会場 六ツ美市民センター	講座番号 704	部屋 2階 料理講習室	定員 16	回数 10
-----------------	-------------	----------------	----------	----------

講座名 管理栄養士が伝える健康料理	講師 築瀬 徳子
-----------------------------	--------------------

学習目標
健康的に暮らすための栄養バランスを考えた家庭料理を通して献立作りのコツを学びます。

開催日時 第2・4 金曜日 10時00分～12時30分	5月 10日	6月 14日・28日	7月 12日・26日	8月 23日	9月 13日・27日	10月 11日・25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 5,400 円
----------------	-------------	--------------	----------------

講師からのPR

<持ち物>
エプロン、三角巾、ふきん
※調理中はマスクの着用をお願いします。

<ひとことPR>
今日の晩ごはん何にしよう？って悩むことはありませんか。
家族に「何が食べたい？」って聞くと「なんでもいい」と言われて何を作ろうか悩むこと。
それとも、食べたいものばかりで大丈夫かなって悩むこと。
そんなお悩み解決へのヒントになる料理教室です。
料理を楽しみながら健康になる料理について学びましょう！