

食べて元気 

男のはじめてクッキング

手間なし！ 簡単！ なのに おいしく栄養満点！

日程 2025年 **10月17日 (金)**

時間 10:00~14:00 (実食あり)

場所 生涯学習センター南大沢分館 料理講習室

住所 南大沢2-27 フレスコ南大沢公共棟2階

定員 16名 先着順

参加費 500円 (材料費)

 持ちもの

- エプロン (お持ちの方)
- 三角巾 (バンダナやタオルでOK)



お申込み・お問い合わせ

高齢者あんしん相談センター南大沢 担当：青山

 042-678-1880

受付時間

月~土 9:00 ~ 17:30 (祝日除く)

共催 高齢者あんしん相談センター南大沢 南大沢保健福祉センター
南大沢認定栄養ケア・ステーション