

料理初心者、未経験者、
お待ちしております！



男の料理教室

おいしく楽に簡単に！
シニアに効く料理です

缶詰などを利用し、包丁の利用は
少なく最小限度の調理器具で、
しかもシニアが食べるとよい料理
を実習します。



開催日時：平成26年12月2日（火）
10:00～14:00

会場：玉縄学習センター 調理実習室（3階）

講師：坂田 美智子氏

逗子栄養リサーチオフィス 管理栄養士

対象：鎌倉市在住65歳以上の男性

定員：25名

申込み制です

会場へは公共交通機関をご利用ください

★お申し込みはこちらまで

参加費無料

地域包括支援センター
ささりんどう鎌倉

☎0467(42)3702