

<自主講座> 楽しいクッキング②

「かんたんクッキング」

火を使うことに不安のある方、料理に自信のない方、1人暮らしをしている方、この講座に参加して、「料理って意外と簡単!」「家で作ってみよう!」と思える体験をしてみませんか。

電子レンジで簡単にできるメインとサブのおかずを作り、試食します。

★ 日時と内容：おかず作りと試食

令和7年8月21日（木）10:00～12:00

★ 場所：羽根井生涯学習センター（実習室）

★ 対象：どなたでも

★ 定員：12名（申込順）

★ 受講料：無料

★ 材料費：1,000円

★ 講師：キョーワ薬局 豊橋立花店 管理栄養士 植手 優子 さん

★ 持ち物：エプロン、マスク、手ふきタオル

※主食が必要な方はおにぎりなどを持参してください。

★使用する食材：キャベツ、鮭、きゅうり、塩昆布



【申込み期限】

締切 8月9日（土） ただし定員になり次第受付終了

【申込み方法】

窓口、電話、FAX、メールにて羽根井生涯学習センターまでお申込みください。申込みの際は、下記項目を明記してください。

- ◆項目：①氏名（ふりがな） ②郵便番号 ③住所
④電話番号 ⑤来館方法（徒歩・自転車・車）
- ◆電話：0532-32-5050
- ◆e-mail：ha-nei@tees.jp
- ◆住所：〒441-8029 豊橋市羽根井本町131

問合せ先 羽根井生涯学習センター ☎0532-32-5050