



ゆっくりつなげて、やさしくつんで、うれしくてあったかい……………・尼崎市立小田地区会館自主講座

クリスマスやお正月お集まりの多い季節、おもてなしにもいかがですか？

# カラダにやさしい 料理塾

今回のお品は…

- 紅白ごはん
- 和風ローストビーフ
- 海老の宝船
- 門松ごぼう
- お煮しめ風筑前煮
- 黒豆ムース
- お雑煮



日 時： 平成28年12月17日(土) 午前9：30～12：00

場 所： 尼崎市立小田地区会館 2F 料理教室

対 象： 一般（10歳以上） 定員 16名

参加費： 1000円（材料費含む）

申 込： 12月4日(日)より、前々日12月15日(木)までに参加費を添え、直接当館へ

お申込み下さい。締切日を過ぎてのキャンセルの返金はできかねますのでご了承ください。



持 物： エプロン、三角巾（髪を覆うもの）、ハンドタオル、食器を拭く布きん

講 師： 管理栄養士 今村 直江さん

JR尼崎駅より南へ400m P20台あり

●お問合せ、お申込は… 尼崎市立小田地区会館 尼崎市長洲本通1丁目15-38 ☎06-6488-2574

FAX 06-6488-9939

HP <http://w8.alpha-web.ne.jp>

E-mail [odaruma@mx8.alpha-web.ne.jp](mailto:odaruma@mx8.alpha-web.ne.jp)