



令和7年度

参加者募集!!

男の料理教室

『作って・食べて・健康に♪』

食事は生活の中では欠かせない生きるための基本です。
自分で食べたいものを自分で作ったり、家族に料理を振る舞って家族サービスをしたりなどができれば、食の楽しみ・生きることの楽しみが広がります♪

「料理をしたことがない」、「手の込んだものは作れない」といった方でも大歓迎です。
皆さんのリクエスト料理が作られるかも・・・(〃 艸 〃) 皆さんのご参加をお待ちしております！



日程(全5回)

- ① 8月20日(水)
- ② 9月25日(木)
- ③ 10月24日(金)
- ④ 11月21日(金)
- ⑤ 12月16日(火)

時間 10:00~13:00

場所

小城市健康スポーツセンター
「アイル」

◆概要◆

＊対象者：小城市在住の男性 ※全5回参加が可能な方

＊定員：12名(先着順) ※要予約

＊参加費：1回300円(5回コースで毎回集めます)

＊持ち物：エプロン・三角巾(バンダナ)・ハンドタオル・
筆記用具・米1合

＊申し込み期間：7月1日(火)~8月8日(金)

主催:小城市食生活改善推進協議会

<申込み・問合せ> 小城市役所健康福祉課 健康増進係 井上・久保 TEL:0952-37-6106