

西学区の皆さまへ

西学区の福祉を高める会
会長 徳山 威雄

男子料理教室（いきいきサロン）のご案内

『いきいきサロン』で大好評の男子料理教室を今年度も行います。

（2017年度3回予定←6月3日・10月7日・2月3日）

6月3日の男子料理教室は夏バテ防止『男のヘルシー料理』です。

男子料理教室は参加者の男子が担当グループに分かれ、メニュー決めから買い物まで当番で運営にかかわり、みんなでおいしく、楽しく、和やかなひとときを過ごしています。

お誘いあわせて、是非ご参加ください。



男子料理教室（第1回） ～いきいきサロン～

- 日 時 6月3日（土）
午前9時30分～12時00分
- 場 所 西公民館 実習室
- メニュー
 - ・ササッとできる節約豚丼
 - ・野菜たっぷり味噌汁
 - ・簡単さっぱり！きゅうぽん
 - ・ちくわとオクラの味噌マヨ炒め
- 申込み 西公民館まで 925-0442
(20名程度)

