

料理、しよらっ。

令和6年度

男の栄養教室

そらっだ！

「何か一品でも自分で料理が作れるようになりたい」
「料理ができるようになって家族や友人をアツと言わせたい」…
今こそ本気を出して料理にチャレンジしてみませんか。

定員
各コース12名
(先着)

参加費
毎回
500円

対象 朝来市在住の男性

場所 朝来市保健センター
(和田山町法興寺 378-1)

内容 ミニ講話と調理実習

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、
手拭きタオル

*エプロン、三角巾は貸し出しできます。申込み時に申し伝えてください。

日程

*昼間コース、 夜間コースは 同じ内容です。	第1回 「料理 キホンのキ」	第2回 「お魚料理に挑戦！」	第3回 「簡単×豪華見えメニュー」
昼間 コース 【時間:10~12時】	令和6年 5月17日(金)	令和6年 5月31日(金)	令和6年 6月14日(金)
夜間 コース 【時間:18~20時】	令和6年 5月 1日(水)	令和6年 5月15日(水)	令和6年 5月29日(水)

申込み 電話または二次元コード(申込みフォーム)

☎ 24時間いつでも申込みOK! ☎



【昼間コース】
申込みフォーム
締切:5月10日(金)



【夜間コース】
申込みフォーム
締切:4月24日(水)