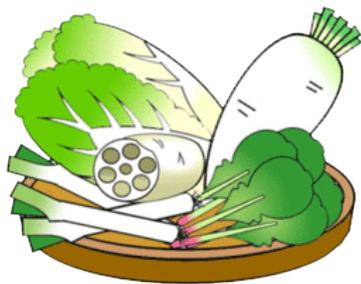


ランチセミナー ～健康生活をおくるための食教室～



冬野菜を使った料理教室

主催：（公社）北海道栄養士会札幌石狩支部 第二地区
道民力レジット連携講座

（公社）北海道栄養士会札幌石狩支部では、地域にお住まいの皆様を対象に栄養改善を目的としたセミナーを開催しています。

今回のセミナーのテーマは『冬野菜を使った料理教室』です。

是非この機会に、ランチをしながら冬野菜のパワーについて学んでみませんか？

皆様のご参加お待ちしております。

日 時 平成30年12月3日（月） 11：00～14：00（受付10：45～）

会 場 西区民センター 2階料理実習室
札幌市西区琴似2条7丁目（西区役所となり）

内 容 実 習 冬野菜を使った料理の紹介とかんたん調理実習
講 義 ランチョンセミナー「冬野菜のパワーを知ろう！」（試食しながら）
講 師 （公社）北海道栄養士会札幌石狩支部役員
♪お土産もご用意しています

参加費 1000円〔定員 30名〕（親子参加も受け付けます）

申込方法 ハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号、「12月3日料理教室参加希望」と、ご記入の上、下記申し込み先に11月24日（土）
[必着]までにお申し込みください。

※ 参加の30名様に11月30日（金）までに受講票を返信いたします。
当日は受講票を持参の上、直接会場へお越しください。

※応募者多数の場合は先着順となりますので、お早めにお申し込み下さい。

※ ご記入いただいた住所・氏名などの個人情報、受講票の送付・出席者名簿作成のみに使用させていただきます。

申 込 先

〒063-0003 札幌市西区山の手3条2丁目4-1-801
ダイエットF 榊 房子宛
☎ 090(5221)3730
〔（公社）北海道栄養士会札幌石狩支部役員〕